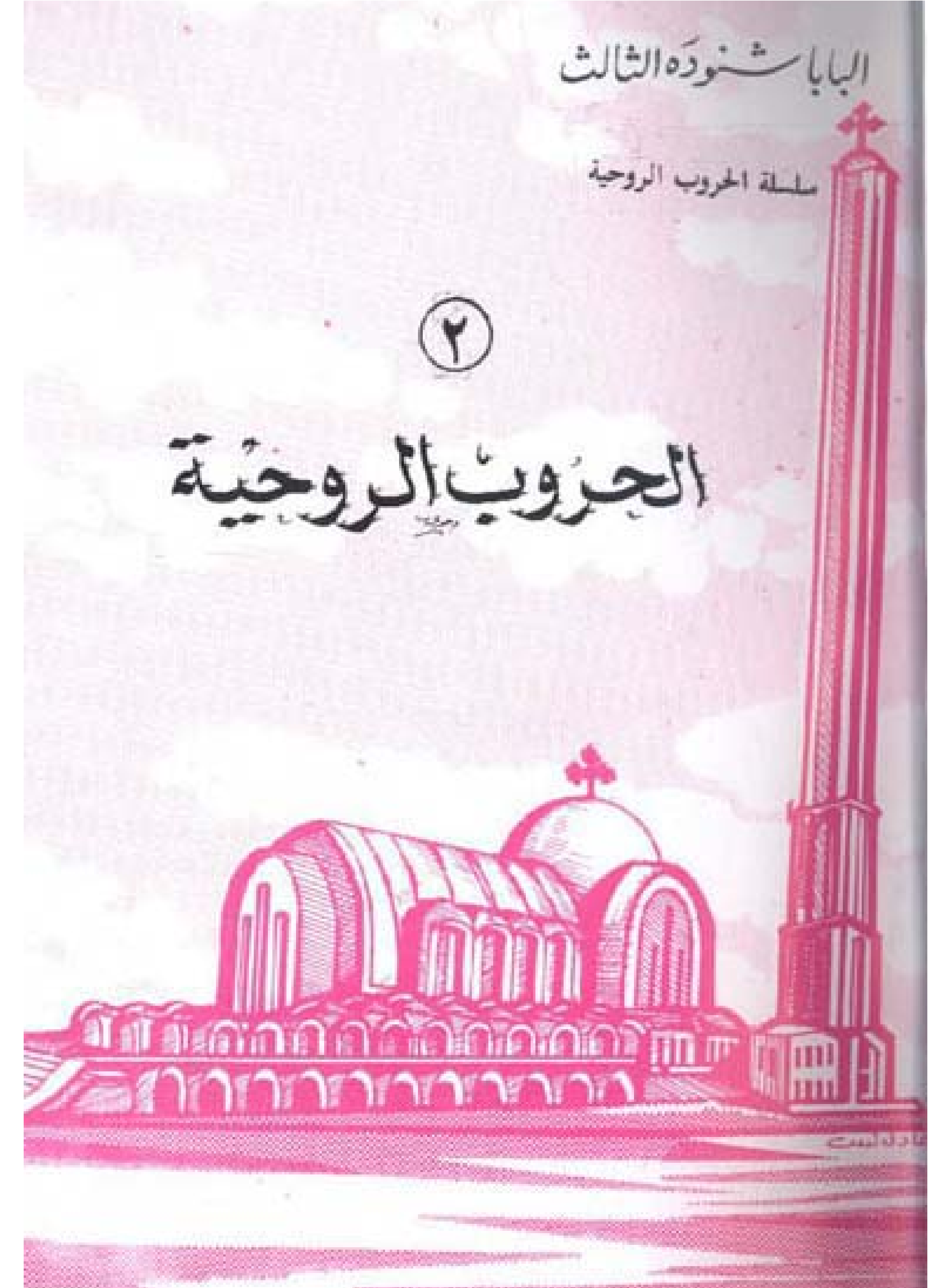
htm



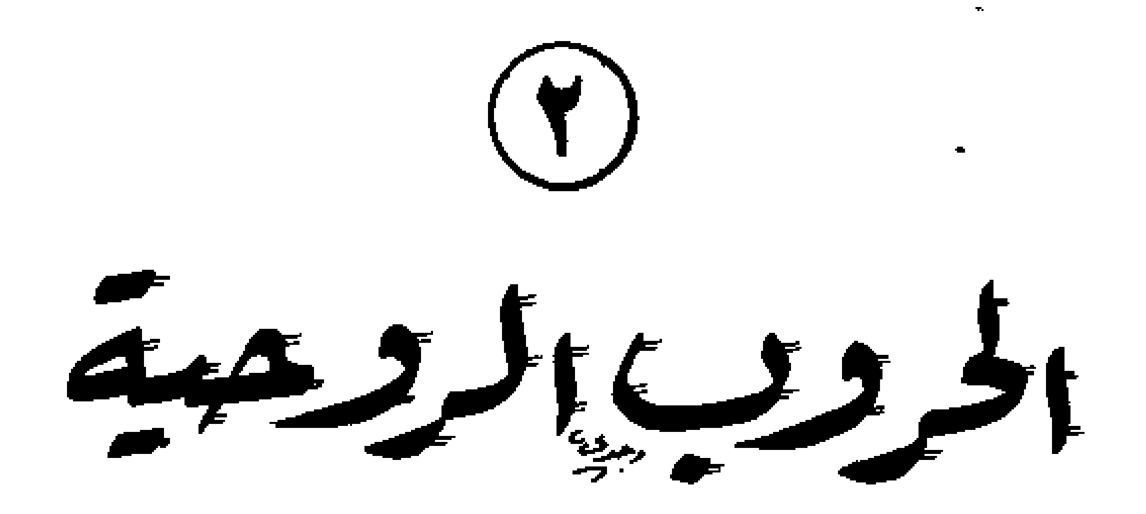
كتب قداسة البابا شنودة الثالث

www.st-mgalx.com


البابا شنوده الثالث
سلسلة الحروب الروحية
٢
الحروب الروحية

البابا شـنوده الثالث

سلسلة الحروب الروحية



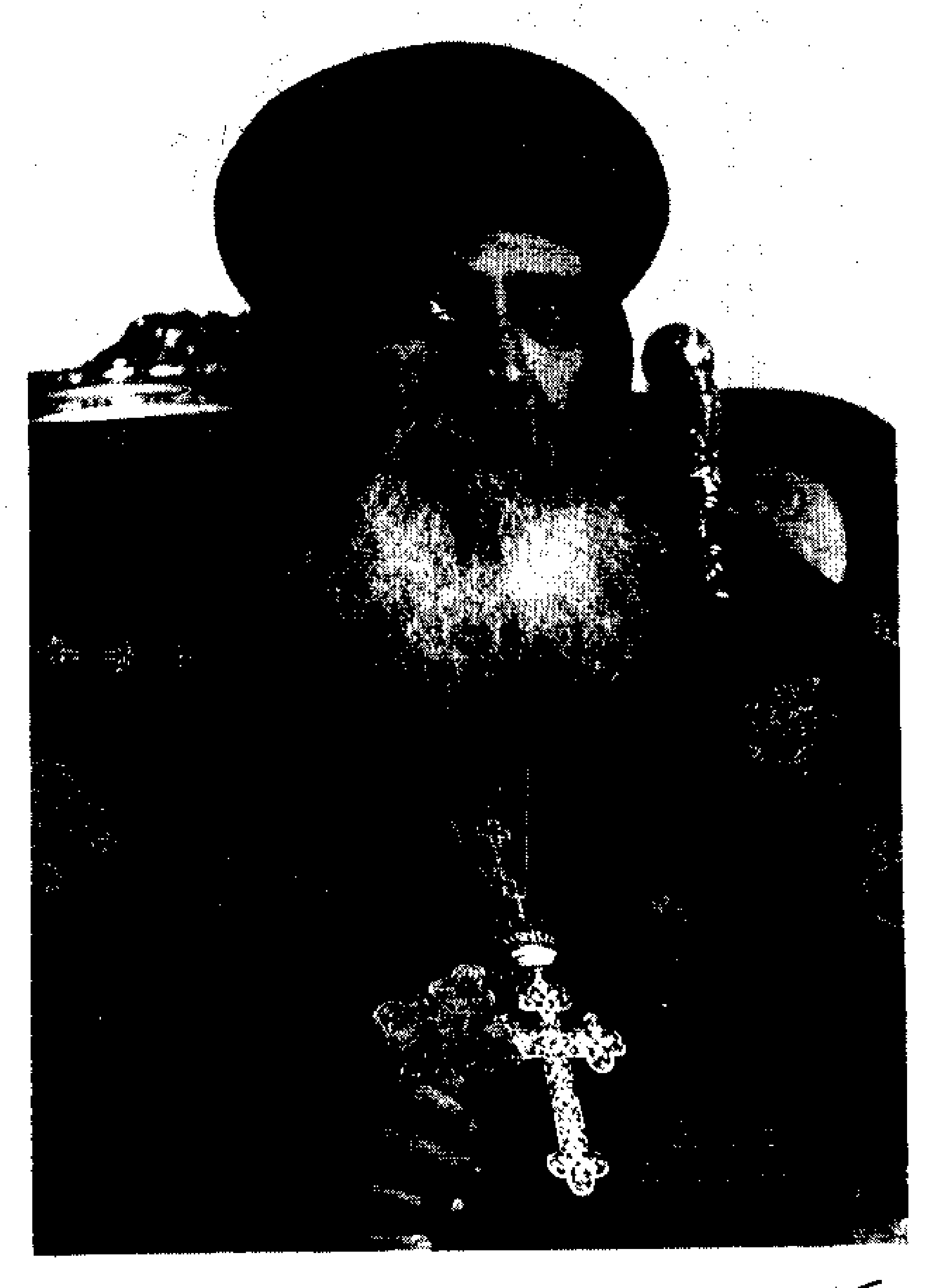
Spiritual Warfares (2)

by H.H. Pope Shenouda III

3rd print
July 1992
Cairo

الطبعة الثالثة
يوليو ١٩٩٢
القاهرة

الكتاب : الحروب الروحية (٢) .
المؤلف : قداسة البابا شنوده الثالث .
الطبعة : الثالثة ١٩٩٢ م .
المطبعة : الأنبا رويس (الأوفست) العباسية ـ القاهرة .
الناشر : الكلية الإكليريكية للأقباط الأرثوذكس .



قداسة البابا شنوده الثالث

بابا الإسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية (١١٧)

قصة هذا الكتاب

كان لابد من أن ننشر مجموعة من الكتب عن الحروب الروحية ، لأنها من الموضوعات الهامة التى تتعلق بحياة كل إنسان. وكان أول كتاب أصدرناه من هذه السلسلة هو [حروب الشياطين].

والكتاب الذى بين يديك هو الجزء الثانى من هذه السلسلة التى ألقينا محاضراتها منذ الستينيات. فأقدم مقالة فيه [محبة المديح والكرامة] كنا قد ألقيناها فى مؤتمر للخدام عقد فى كنيسة مار مينا بالمندرة بالاسكندرية سنة ١٩٦٥م. وطبعتها ونشرتها كنيسة العذراء بمحرم بك، وأعادت طبعها مرات عديدة. ولكنها أدمجت فى هذا الكتاب مع تغيير كبير.

ثم نشرت هذه المقالات فى جريدة وطنى خلال العام الماضى (١٩٨٥). ورأينا نشرها فى كتاب لتكون سهلة فى متناول أيدى الجميع.

وهناك موضوعات أخرى كثيرة سننشرها تباعاً إن شاء الله ضمن مجموعة [سلسلة الحروب الروحية]. ومن ضمنها كتاب عن [الغضب]. وربما كتاب آخر عن خطايا اللسان التى لخصناها فى إحدى مقالات هذا الكتاب تلخيصاً شديداً.

وكان بعض الآباء قد عرضوا لموضوع الحروب الروحية فى مقالاتهم عن الثمانية أفكار المحاربة للنفس، التى هى البطنة والزنا والغضب والكآبة والكسل وشهوة القنية والمجد الباطل والكبرياء. وغالبيتها عرضت بطريقة رهبانية، كما فى كتابات يوحنا كاسيان، والقديس مار أوغريس. فيمكن الرجوع إلى ما ورد عن هذه الموضوعات فى كتابات الآباء...

وإلى أن نلتقى فى الجزء الثالث من الحروب الروحية ، أرجو لكم نجاحاً فى كل جهادكم الروحى، لكيما يقودكم الرب فى موكب نصرته (٢ كو ٢ : ١٤).

وقد راعينا فى هذا الكتاب أن تحوى كل حرب روحية ، طرق علاجها ، إلى جوار أسبابها ومظاهرها.

البابا شنوده الثالث

الفصل الأول

الحروب
التي في
داخلك وخارجك

محاربات تأتيك من داخلك :

حرب الأفكار كيف تنتصر على الفكر

حـــرب الشـــهوات

محاربات تأتيك من الخارج :

حروب من الشيطان

الصـداقات الضـارة

العـــثرات

البيئـــة

مقدمة

حياة كل إنسان لا تخلو من الحروب ...

حتى سير الآباء القديسين ، لا تخلو من حروب روحية ، بعضها خارجى كان من الشياطين ، والبعض - وهو قليل - كان من داخلهم .

والحروب التى من الشياطين أصدرنا لأجل شرحها كتاباً خاصاً ، تحدثنا فيه عن ٢٥ نوعاً من محاربات الشياطين . كما تحدثنا أيضاً عن ١١ طريقة فى كيفية الانتصار على تلك الحروب . لذلك سنمر على هذه الحروب الشيطانية مروراً عابراً فى هذا الفصل ...

من الحروب الخارجية أيضاً حروب تأتى من العثرات الخارجية ، من البيئة ومن الصداقات الضارة . وسوف نتحدث عن هاتين النقطتين وننصح بقراءة ما يتعلق بهما كذلك فى كتابنا [حياة التوبة والنقاوة] .

ومن جهة الحروب الداخلية ، ركزنا على نقطتين هامتين هما الأفكار والشهوات : الأفكار تحارب العقل . والشهوات تحارب القلب والحواس . على أن حروب الفكر رأينا - بالإضافة إلى ما ورد فى هذا الفصل - أن نخصص لها باباً مستقلاً فى هذا الكتاب .

نتركك الآن إلى الصفحات المقبلة لتقرأ عن الحروب الداخلية والخارجية ، واعتبر ما تقرأه مجرد مقدمة للحروب الروحية بوجه عام ...

الحروب الروحية قد تأتى إلى الإنسان من داخل نفسه ، أو من الشيطان، أو من العالم، أو من الناس الأشرار، أو قد تتحول من حالة إلى حالة .



تأتى من شهوات القلب من الداخل ، ومن أفكار العقل ، ومن حركات الجسد .

والحرب الداخلية أصعب من الحرب الخارجية ، لأن الإنسان يكون فيها عدو نفسه . وهذه الحرب تكون صعبة ، لأنه يشتهيها ولا يريد مقاومتها ..

لذلك كانت نقاوة القلب هى أهم شىء فى حياة الإنسان . وكما قال أحد القديسين : إن القلب النقى حصن لا ينال ..

القلب يشبه البيت المبنى على الصخر مهما هبت الزوابع عليه من الخارج ، لا يمكن أن تضره بشىء (مت ٧ : ٢٤ ، ٢٥) ..

والذى لا تكون له حروب من الداخل ، فهذا إن اتته حرب من الخارج تكون خفيفة عليه . ويمكنه الانتصار عليها ، لأن قلبه رافض لها : وإرادته لا تميل إلى التجاوب معها وقبولها ..

والحرب الداخلية ربما يكون سببها طبع اندمج فى الخطيئة . وهنا يكون قد ترسب من الماضى فى قلب الإنسان وفكره ما يحاربه .

وقد يكون سببها حالة فتور ، أو طبيعة ضعيفة تستسلم للخطأ .. وربما يكون سببها

اهمال من الإنسان فى ممارسة الوسائط الروحية فيضعف القلب من الداخل ، و يترك الفكر يطيش حيثما يشاء بلا ضابط .

وربما تبدأ بالتراخى فى ضبط الحواس .. والحواس هى أبواب يدخل منها الفكر.

والحرب الداخلية قد تأتى خفيفة أو عنيفة . وحتى إن بدأت خفيفة : كلما تراخى الإنسان لها ، تسيطر عليه ..

ومن الحروب الداخلية حرب الأفكار .

حرب الأفكار

قد تكون الأفكار فى اليقظة . وقد تكون فى المنام . والأفكار أثناء النوم ربما تكون مترسبة من أفكار وأخبار النهار، مما ترسب فى العقل الباطن من شهوات ومن أفكار، وما جلبته الأذن من أخبار وحكايات ، وما قرأه الشخص من قراءات رسبت فى ذهنه .

كل هذه تأتى فى أحلام ، أو فى سرحان ، أو ما يسمونه أحلام اليقظة . و يستمر فيها الإنسان طالما كان القلب قابلاً لها .. فإن كان رافضاً لها تتوقف ، و يصحو لنفسه ..

وإرادة الإنسان ضابط هام للفكر فهى التى تسمح بدخول الفكر.. وحتى إن دخل خلسة ، هى التى تسمح باستمراره أو بايقافه ..

ومن هنا تأتى المسئولية ..

ومن هنا نرد على السؤال القائل : هل هذه الأفكار إرادية ، أم غير إرادية أم شبه إرادية ، أى من النوع الذى هو غير إرادى الآن ، ولكنه نابع من إرادة سابقة تسببت فيه .

فقد يغرس الشيطان فكراً فى عقل الإنسان ، يدخل إليه بغير إرادته . ولكن حتى هذا الفكر، الذى لا مسئولية عليك فى دخوله ، توجد مسئولية عليك فى قبوله .

إن أردت ، يمكنك أن تطرد الفكر ، ولا تتعامل معه ، ولا ترحب به .. لانك إن

قبلت الفكر الخاطىء ، تكون خائناً للروح القدس الساكن فيك ، وخائناً لمحبة الله ، ومقصراً فى حفظ وصاياه ، وفى صيانة قداسة قلبك من الداخل .

وقد يأتيك الفكر الخاطىء فى حلم .. فإن كنت نقياً تماماً ، سوف لا تقبله فى الحلم أيضاً .. وإن كنت لم تصل إلى هذا المستوى وقبلته ، فستحزن بسببه كثيراً فى يقظتك ، ويترك حزنك هذا أثره العميق فى عقلك الباطن ، لرفض كل حلم مماثل فى المستقبل : إن لم يكن مباشرة ، فبالتدريج إلى أن تصل إلى نقاوة العقل الباطن .

إذن قاوم الفكر الخاطىء بالنهار ، أثناء يقظتك ، لكى تتعود المقاومة حتى بالليل أثناء نومك ، وتنغرس هذه المقاومة فى أعماق شعورك ، ويتعودها عقلك الباطن .

إن زمام أفكارك فى يدك ، سواء منها الأفكار التى تصنعها بنفسك ، أو التى ترد إليك من الخارج ، من الشيطان أو من الناس . وما أصدق قول المثل :

إن كنت لا تستطيع أن تمنع الطير من أن يحوم حول رأسك ، فإنك تستطيع أن تمنعه من أن يعشش فى شعرك !

وبإرادتك ، واشتراكك مع عمل النعمة فيك ، يمكنك السيطرة على الأفكار، فلا تجعلها تأخذ سلطاناً عليك . ولا تستطيع الأفكار الخاطئة أن تفقدك نقاوتك ، وذلك لانك لا تتجاوب معها . وما أصدق قول القديس يوحنا ذهبى الفم :

لا يستطيع أحد أن يضر إنساناً : ما لم يضر هذا الإنسان نفسه .

لذلك لا تستسلموا للأفكار . وليكن كل إنسان حكيماً . يعرف الفكر، وكيف يبدأ عنده ، وكيف يتطور، وما خط مسيره داخل ذهنه ؟ وما نوع الأفكار التى تبدأ بريئة وهادئة وتنتهى بنهاية خاطئة ؟ وليحترس من أمثال هذه الأفكار، ولا يعطى مجالاً للفكر حتى يشتد ..

وإن اشتدت عليك الأفكار بطريقة ضاغطة ومستمرة ، فلا تيأس ، ولا تقل لا فائدة من المقاومة ، وتستسلم للفكر.

إن اليأس يجعل الإنسان يتراخى مع الفكر ، ويفتح له أبوابه الداخلية ، ويضعف أمامه ويسقط ، أما أنت فحارب الأفكار وانتصر.. وكيف ذلك ؟

• كيف تنتصر على الفكر؟

١ ـ لا تخف من الأفكار ، ولا تفترض هزيمتك أمامها . بل قل مع الرسول :

« أستطيع كل شيء في المسيح الذي يقويني » (في ٤ : ١٣) .

واصمد في قتال الأفكار متذكراً تلك العبارة الجميلة : « مستأسرين كل فكر لطاعة المسيح » (٢ كو ١٠ : ٥) .

٢ ـ درب نفسك على أن تتولى قيادة أفكارك . ولا تجعل الأفكار تقودك .

٣ ـ إملأ فكرك باستمرار بشيء روحي .. حتى إذا أتاه الشيطان بفكر رديء ، لا يجد الذهن متفرغاً له . اشغل نفسك .. فهذا علاج وقائي .

إذن لا تترك عقلك في فراغ ، خوفاً من أن يحتله الشيطان ويغرس فيه ما يريد .

ولهذا فإن القراءة الروحية مفيدة جداً .. ليس فقط في شغل الذهن ومنع الأفكار الرديئة عنه ، وإنما أيضاً لها فائدة إيجابية ، لأنها تعطي الفكر مادة روحية للتأمل ، وتعطي القلب مشاعر محبة لله تجعله قوياً في طرد الأفكار المضادة ..

٤ ـ كن متيقظاً باستمرار ، ساهراً على نقاوة قلبك ، فلا يسرقك الفكر الخاطيء دون أن تحس .

واطرد الأفكار من باديء الأمر حينما تكون ضعيفة ، وأنت لا تزال قوياً ..

لأنك إن تركت الأفكار الخاطئة باقية فترة في ذهنك ، لا تلبث أن تثبت أقدامها وتقوى عليك . وكلما استمرت واستقرت في داخلك ، تضعف أنت ولا تستطيع مقاومتها وتسقط . لذلك كن متيقظاً وسريعاً في طرد الأفكار . وتذكر قول المرتل في المزمور :

« يا بنت بابل الشقية ، طوبى لمَن يمسك أطفالكِ ويدفنهم عند الصخرة » (مز ١٣٧) .

فهو يخاطب بابل أرض السبى ، التى تسبى إليها قلبه . فيقول طوبى لمّن يمسك أطفالكِ ، أى الخطايا وهى صغيرة ، وهى فى مبدئها ، قبل أن تتطور، و يدفنها عند الصخرة . « والصخرة كانت المسيح » (١ كو ١٠ : ٤) .

٥ ـ اهتم بالفضيلة الروحية التي يسمونها « استحياء الفكر » .

أقصد بهذا انه عندما يكون فكرك ملتصقاً بالله ، بالصلاة ، بالتأمل ، بعبارات الحب ، بالتسبيح و بالترتيل . حينئذ يستحى الفكر ـ وهو ملتصق بالله .. ومن أن تشغله أفكار الخطية ، فيرفضها ، وهذا علاج روحي..

من هنا كان إنشغال الفكر بالله علاجاً وقائياً من الأفكار الخاطئة . إذ يستحى من التصاقه السابق بالرب .

٦ ـ ومن الناحية المضادة ، ابتعد عن العثرات التى تجلب لك أفكاراً خاطئة .

ابتعد عن كل لقاء ضار ، وعن كل صداقة أو معاشرة خاطئة . ابتعد عن القراءات التى تجلب أفكاراً مدنسة أو على الأقل تتيهك عن الفكر الروحى . ابتعد عما يشبه هذا من السماعات والمناظر والأحاديث وكل مسببات الفكر البطال .

٧ ـ وما دامت الحواس هى أبواب الفكر ، فلتكن حواسك نقية ، لتجلب لك أفكاراً نقية .

إن تراخيت مع الحواس ، فإنك بذلك إنما تحارب نفسك بنفسك ، فاحترس إذن . ولتكن حواسك معك وليست ضدك . ومن هنا كان التأمل فى صور القديسين ، وسماع أخبارهم ، وسماع الألحان والقداسات ، وجو الكنيسة من بخور وأنوار وأيقونات وطقوس روحية ، كل ذلك يجلب للقلب أفكاراً روحانية .

٨ ـ إحترس من الأفكار المتوسطة ، التى ليست هى خيراً ولا شراً .

لأنها كثيراً ما تكون تمهيداً لأفكار خاطئة . فالذى لا يضبط فكره ، وإنما يتركه شارداً هنا وهناك ، قد يرسو على موضوع خاطىء و يستقر فيه .. فمن الناحية الإيجابية اربط فكرك بمحبة الله ، أو بأى موضوع نافع ، أو حتى بعملك ودراساتك وخدمتك ومسئولياتك ، لكى لا يسرح فى أمور عديمة الفائدة .

٩ ـ إذا أتعبك الفكر ولم تستطع أن تنتصر عليه ، اهرب منه بالحديث مع الناس .

حتى إن كنت فى وحدة أو خلوة ، اترك وحدتك وخلوتك واختلط بغيرك . لأن حديثك مع الناس يطرد الفكر الخاطىء منك ، إذ لا يستطيع عقلك أن ينشغل بموضوع الفكر وبالأحاديث فى نفس الوقت .

واعرف أن الوحدة بمعناها الروحى هى اختلاء مع الله . فان تحولت إلى اختلاء مع الأفكار الشريرة ، فالخلطة أفضل منها طبعاً ..

١٠ ـ استعن على طرد الفكر بالصلاة .

والأب الكاهن يقول للرب فى القداس الإلهى : « كل فكر لا يرضى صلاحك ، فليبعد عنا » .

وهناك قاعدة روحية أحب أن أقولها لك فى محاربة الأفكار وهى :

١١ ـ الهروب من الأفكار خير من محاربتها . لان الفكر الشرير الذى ينشغل به عقلك : حتى لو انتصرت عليه ، يكون قد لوثك فى الطريق .

لا تخدع نفسك قائلاً : [سأرى كيف يسير الفكر وكيف ينتهى] ـ ولو من باب حب الاستطلاع ..! لانك تعرف تماماً أن هذا الفكر سيضرك . فلا داعى لتجربة تعرف نتيجتها ..

ولا تتهاون أيضاً قائلاً : [أنا أستطيع أن أهزم الأفكار . ولكننى أناقشها لأظهر ضعفها] .. فربما تغلبك الأفكار ، وهى التى تظهر ضعفك ..

ثم لماذا تضيع طاقاتك فى القتال ؟

اشغل عقلك بشىء طاهر مقدس يقويك فى الحياة الروحية ، ويزيد حرارتك ، بدلاً من هذه الصراعات التى لا تفيدك شيئاً بل تضرك .

١٢ ـ اعرف أيضاً أن الأفكار إذا استمرت ، قد تقود إلى أفكار أو شهوات فتكون أخطر لانها تنتقل من الذهن إلى القلب ، ومن الفكر إلى العاطفة .

وهنا ننتقل إلى نقطة أخرى وهى :



حرب الشهوات

وهى كثيرة منها شهوة الجسد ، وشهوة المعرفة ، وشهوة الرئاسة والمناصب ، وشهوة الانتقام ، وشهوة السيطرة ، وشهوة المال ، وشهوة الامتلاك ، وشهوة العظمة والشهرة .

وهنا تكون ملكية القلب قد انتقلت من الله إلى غيره . وتفشل فى الاستجابة لقول الرب : « يا ابنى اعطنى قلبك » (أم ٢٣ : ٢٦) .

١ - فإن وصلت إلى الشهوة لا تكملها ، بل حاول أن تتخلص منها . وتذكر تلك العبارة الجميلة :

« افرحوا لا لشهوة نلتموها : بل لشهوة أذللتموها » .

إن أكثر شىء يفرح الإنسان هو أن ينتصر على نفسه . حقاً إن لذة الانتصار على النفس هى أعمق من اللذة بأية شهوة أخرى .

٢ - وإن تعبت من شهواتك ، لا تيأس . ولا تظن أنه لا فائدة .

انظر إلى ما يستطيع المسيح أن يعمله لأجلك ، وليس إلى ما تعجز أنت عن عمله .

إن المسيح قادر أن يحول السامرية إلى مبشرة ، والمجدلية إلى قديسة .

لا تظن مطلقاً أنك تحارب وحدك ، فالله بكل نعمته يعمل معك كما عمل مع غيرك .

٣ - لذلك تذكر الذين انتصروا . ولا تضع أمامك انهزاماتك السابقة وضعف طبيعتك .

إن الله يحبك كما أحب هؤلاء ، وسيعمل فيك كما عمل فيهم . وكلما تزداد الحرب تزداد النعمة جداً . فالتصق بالله واطلب معونته .

٤ - فى شهواتك ، جاهد مع الله كثيراً ، حتى ترجع السحابة فوق الخيمة .

لا تخجل من الصلاة وأنت فى عمق الخطية . ولا تفعل مثل أبينا آدم الذى حينما

أخطأ، هرب من الله واختبأ خلف الشجر! وكلما سقطت، تمسك بالله أكثر، لكى ينجيك وينقيك ويقودك إلى التوبة.

قل له: [حارب يارب فىَّ، وانتصر على أعدائى وأعدائك، ولا تتركنى وحدى].

قل له: [أنا إن انهزمت يارب أمام الخطية، فأنا لاأزال إبنك، محسوب عليك، ومنسوب إليك، أنا من قطيعك وإن كنت قد ضللت. وأنا ابنك وإن سكنت فى كورة بعيدة. أنا مازلت درهمك وإن لم أكن موجوداً فى كيسك..

أنت لا تتخلى عنى، وأنا لا أتخلى عنك، مهما حاول العدو أن يوجد انفصالاً بيني وبينك. إن كنت قد تركتك بالفعل، فأنا لم أتركك بالقلب ولن أتركك. مازلت أحبك، وإن كنت قد أخطأت إليك].

إفعل مثل القديس بطرس، الذى بعد أن أنكر المسيح، وجدف ولعن وقال لا أعرف الرجل، جرؤ أن يقول للمسيح فى ذلة العارف بمشاعره: «أنت تعلم يارب كل شيء. أنت تعرف أنى أحبك» (يو ٢١ : ١٧).

٥ - لا تجعل الخطية تفصلك عن محبة الله، بل افتح له قلبك وقل له:

تأكد يارب انها خطية ضعف، وليست خطية بغضة، ولا خطية خيانة.

٦ - وأنت نفسك، تأكد أن الله يعرف ضعفك، وانه لايزال يحبك.

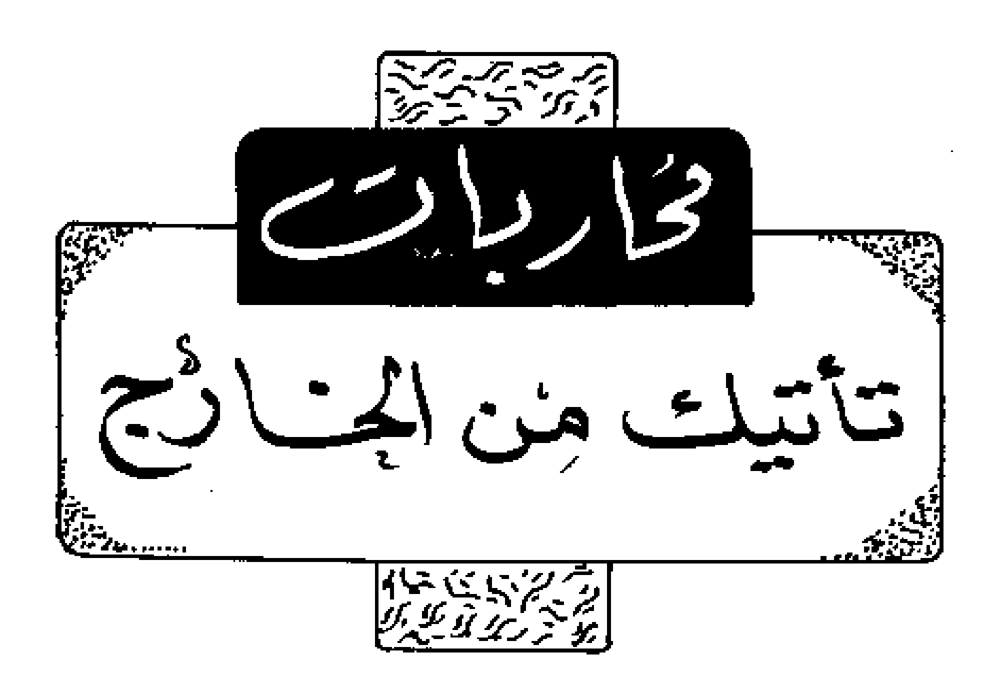
ثق إنك وأنت فى الخطية، هو يعمل على إنقاذك، واجتذابك إليه، وردك إلى رتبتك الأولى. إنه الله الذى سعى وراء آدم ليخلصه، دون أن يسعى آدم إلى التوبة.

٧ - شهواتك الخاطئة، أضف إليها ما تستطيعه من عمل روحى، لكى تقلل من حدتها وخطورتها، ولكى تقيم توازناً داخل قلبك.

وثق أن الجانب الخير سينمو داخل قلبك شيئاً فشيئاً حتى تتخلص من شهوات الخطية.

وإن شعرت بعمل الروح القدس فى قلبك، فلا تهمله وتستمر فى شهواتك، بل اعمل معه...

٨ - وإن عرفت ضعفك فلا تُعرض نفسك للحروب مرة أخرى.



وهذه الحروب تأتي عليك من مصادر معروفة : إما من الشيطان، أو من الناس سواء كانوا أعداء أو أصدقاء وأحباء ! وقد تأتى من العالم، من المادة، من البيئة المحيطة بكل ما فيها من عثرات ...

حروب من الشيطان

حروب الشيطان إما أن تكون بطيئة طويلة المدى ، أوأن تكون فجائية وعنيفة ..

الحروب البطيئة ، قد لا نشعر بها يجذب بها الشيطان ضحاياه بتدريج طويل ، لا يكادون يشعرون فيه بما يحدث لهم .

يخدرهم قليلاً قليلاً ، وينقص من حرارتهم الروحية شيئاً فشيئاً على مدى واسع حتى تتغير حياتهم وهم لا يدركون ذلك إلاّ بعد فوات الفرصة ، حين يضربهم بعد ذلك ضربته الشديدة وهم غير مستعدين لها .

ولعله بهذه الطريقة حارب سليمان الحكيم ، بالترف والمتعة وكثرة النساء ومجاملتهن ، إلى أن سقط (١ مل ١١ : ١-٨) . وكان سقوطه فى زمان شيخوخته !!

أما الحروب العنيفة الفجائية ، فقد تشبه الظهورات المفزعة ، أو الرؤى الكاذبة وأمثال هذه من الضلالات الشيطانية .

وقد جُرب القديس أنطونيوس الكبير بحروب مثل هذه ، وانتصر عليها بالاتضاع والافراز والصلاة . وهزم الشياطين حتى هربت منه فى خزى .

على أن الله لا يسمح بأن تحدث هذه الحروب لكل أحد ، لأنه « أمين لا يدعكم تجربون فوق ما تستطيعون » (١ كو ١٠ : ١٣) .

ولعل من أمثلة الحروب العنيفة الشيطانية التى حدثت فجأة ، التجربة التى أصابت أيوب الصديق (أى ١ ، ٢) . ونلاحظ أنها كانت بسماح من الله ، فى حدود معينة ، وفى طاقة احتمال أيوب ، وانتهت بخير و بركة (أى ٤٢) .

على أن حروب الشيطان ليست كلها فزعاً ومناظر كما حدث للقديس أنطونيوس ، وليست كلها أمراضاً وخراباً ، كما حدث لأ يوب الصديق .

فهناك حروب أخرى من الشيطان بأفكار يلقيها فى الذهن ، أو شهوات يلقيها فى القلب .

وهذه الحروب تكون ضعيفة فى أولها ، لانها ليست نابعة من داخل الإنسان ، بل هى غريبة عليه وتظل هكذا ضعيفة إلى أن يفتح لها الإنسان باباً لتدخل منه إلى قلبه وإلى مشاعره وهنا يكون قد أخطأ .

وتعتبر خيانة روحية أن تفتح أبوابك لعدو الخير الذى يريد تحطيم ملكوت الله داخلك .

إنها خيانة للرب الذى رضى أن يدخل بيتك و يبيت فيه ، وأنت بإرادتك تدخل عدوه إليه فى داخل قلبك ، ليحل فيه بدلاً من الله !

إنها خيانة للرب الذى إشتراك لنفسه وأحبك حتى المنتهى ، واستأمنك على سرائره المقدسة ، وجعل قلبك هيكلاً لروحه القدوس (١ كو ٦ : ١٩ ، ٢٠) وهوذا أنت تستجيب للشيطان وتفتح له قلبك ، وتقبل أفكاره المضادة !!

وفى خيانتك ، إذ ترفض عمل النعمة فيك ، يقوى عليك الشيطان .

لا تحتج بأن الحروب الخارجية قوية ؟

إنك تجعلها قوية حينما تستسلم . أما إن قاومت فسيضعف الشيطان أمامك كقول الرسول : « قاوموا إبليس فيهرب منكم » (يع ٤ : ٧) .

إن القلب القوى الثابت فى الله ، الأمين فى محبته ، يستطيع أن يطفىء جميع سهام الشرير الملتهبة (أف ٦ : ١٦).

عندما تقوى قلب داود بالايمان ، تضاءلت أمامه كل قوة جليات الجبار (١ صم ١٧ : ٢٦). وعندما قوى قلب موسى النبى ، تضاءلت أمامه قوة فرعون وكل جيشه ولم تخفه أمواج البحر الأحمر. وأنت كلما كان قلبك من الداخل قوياً ، لا تضعف مطلقاً أمام حروب الشياطين بل تعزيك كلمة الروح القدس الناطق فى الأنبياء :

« مَن أنت أيها الجبل العظيم ؟! أمام زربابل تصير سهلاً » (زك ٤ : ٧).

إننا إن ضعفنا نحن ، نجعل للشيطان كرامة ليست له ، ونجعله يتجرأ علينا بينما يكون هو خائفاً منا فى بادىء الأمر!

يخيل إلىّ أن رئيس الشياطين ، حينما يرسل شيطاناً من أعوانه لمحاربة أحد المؤمنين ، يرتعب هذا الشيطان و يقول : كيف أحارب هذا الإنسان الذى هو صورة الله وهيكل لروحه القدوس؟! كيف أحارب هذا الجبار الذى تحيط به ملائكة الله لتنجيه ؟! كيف أقترب من ابن الله يلبس درع الايمان وخوذة الخلاص (أف ٦) ؟!

ماذا أفعل إذا رشمنى بعلامة الصليب ؟! وإلى أين أهرب إن رفع يديه يصلى ؟! وكيف أخزى أن طردنى قائلاً : إذهب يا شيطان...

ولعجب هذا الشيطان الضعيف ، يرى الإنسان خائفاً منه هارباً أمامه ، فيتجرأ عليه ويحتقره...؟

فيقص له شعره ـ كما صُنع بشمشون ـ و يفقأ عينيه ، ويجعله يجر الطاحون وهو هزأه للأطفال (قض ١٦ : ١٩-٢١).

لذلك لا تخافوا من الشياطين ، لئلا تقوى عليكم . وأنت أيها الإنسان يا صورة الله ، احترم نفسك.. مع الشياطين.

من أمثلة حروب الشياطين المعروفة حروب الشك فى الله ، تتبعها حرب أخرى هى اليأس. فلا تخف،هذه الأفكار ليست منك. إنها حرب خارجية لا دخل لك فيها!

الشيطان يلقى إلى ذهنك أفكاراً تشك فى وجود الله ، وفى محبته وعنايته ، وأفكاراً

ضد فاعلية الصلاة وضد شفاعة القديسين . ثم بعد ذلك يقول لك : كيف تخلص وفى داخلك هذه الأفكار؟! بينما تكون أنت رافضاً أفكار الشك ، ومقاوماً لها ، غير راضٍ عنها ، بل تصلى أن يرفعها الرب عنك! كل هذا يدل على أن هذه الأفكار ليست منك .

إنها حرب بالفكر ، وليست سقوطاً بالفكر . حتى إن سقطت إلى لحظات يكون ذلك عن ضعف وليس خيانة للرب والرب يغفر لك ...

ونصيحتى لك : امتنع عن القراءات التى تجلب لك الأفكار ، وكذلك المعاشرات الرديئة التى توصل إليك هذه الأفكار وأمثالها ، فغالباً ما تكون هذه الأفكار وهذه السماعات ، هى أسلحة من الشيطان استخدمها لمقاتلتك كن حكيماً إذن .

وهذا الأمر يقودنا إلى النقطة التالية :

الصداقات الضارة

هذه الصداقات التى تضرك فى روحياتك ، أو فى عقيدتك ، أو فى فكرك ، والتى تتلف قلبك ومشاعرك ..

أول سقطة لأمنا حواء ، كانت من معاشرة رديئة بجلوسها مع الحية .

وسقطة آخاب الملك كانت بسبب زوجته ايزابل الشريرة . وكذلك كانت سقطة سليمان الحكيم بسبب زوجاته الأجنبيات .

لذلك أنصحكم باختيار أصدقائكم الذين ما أسهل أن يؤثروا عليكم بأفكارهم .

وأنصحكم بحسن اختيار شركائكم فى الحياة الزوجية لأن لهم تأثيراً بلا شك على حياتكم الروحية بالعلو أو الهبوط ...

والأزواج فى تأثيرهم أكثر خطراً وعمقاً من الأصدقاء أو المعارف والزملاء ..

فالصديق قد يلتقى بك فى أوقات محددة . أما الزوج فهو شريك الحياة باستمرار . فيجب انتقاؤه صالحاً من كل جهة ، ليس من الناحية الاجتماعية فحسب ، بل أيضاً من النواحى الروحية والعقائدية ، وبعمق . ولا يصح الاكتفاء بالشكليات .

ولنتذكر فى كل ذلك قول الكتاب :

« المعاشرات الرديئة تفسد الأخلاق الجيدة » (١ كو ١٥ : ٣٣) وقوله أيضاً : «أعداء الإنسان أهل بيته» (مت ١٠ : ٣٦) .

مثال ذلك الآباء والأمهات ، حينما يمنعون أولادهم عن الصوم ، وعن التدين ، وعن التكريس ، وعن الكنيسة والاجتماعات . بل و يدعونهم إلى الزينة وإلى الترفيهات المتنوعة ، ولا يقدمون لهم قدوة صالحة ببيت متدين !

ومثال ذلك الزوج غير المتدين الذى يجر زوجته معه إلى نفس الضياع الذى هو فيه ، و يسخر من تدينها ، ولا يشجعها على الممارسات الروحية ويمنعها من الخدمة ، ولا يعطيها فرصة للصوم ولا للتناول ..! لذلك قال الرب فى الإنجيل :

« مَن أحب أباً أو أماً أكثر منى ، فلا يستحقنى ... » (مت ١٠ : ٣٧) .

والإنسان ربما لا يستطيع أن ينفصل عن أقاربه وأهل بيته . ولكن ينبغى أن يحب الله أكثر منهم ، و يطيع الله أكثر منهم ، ولا يضحى بروحياته أو بدينه من أجل أقربائه .

وليذكر باستمرار قول الرسول : « ينبغى أن يطاع الله أكثر من الناس » (أع ٥ : ٢٩) .

لا يوجد أعز من الله ، ولا أحب من الله . ولا يوجد أهم من مصيرك الابدى .

ومع ذلك فهناك أشخاص يجب الابتعاد عنهم من الأقارب .. إن لم يكن ابتعاداً بالجسد ، فعلى الأقل يكون الابتعاد عن طريق عدم الاشتراك معهم فى التصرف ، ولا فى الحديث ، ولا فى أى شيء خاطيء .

على أن البعض قد يمنعهم الخجل من البعد عن الخاطئين أقارباً كانوا أو أصدقاء ... وبهذا يشتركون فى الخطأ بسبب الخجل !

فينبغى للإنسان الروحى أن يعرف أن هناك حدوداً للخجل وأن هناك مواقف تحتاج إلى حزم وإلى قوة شخصية ، وإلى تصرف جاد يبعد به عن العثرة ومسبباتها .

لقد صدق المثل القائل : [إسأل عن الرفيق قبل الطريق] فربما يؤثر عليك أحد

أقرباثك تأثيراً يتلف نفسك أو يدخل إلى قلبك وإلى ذهنك مبادىء وأفكاراً تقود حياتك فى إتجاه خاطىء .

اعلم أن قريبك الحقيقى هو الذى يقربك إلى الله ، وصديقك الحقيقى هو الذى يكون صديقاً فى روحياته وصادقاً فى حفظه لسمعتك وفى اهتمامه بخلاص نفسك ... ننتقل إلى حرب خارجية أخرى هى :



العثرة هى كل ما يسقطك من الخارج ، أو كل ما يجلب لك فكراً خاطئاً ، أو شعوراً خاطئاً ، أو شهوة خاطئة . وقد تأتى العثرات من السمع أو النظر أو القراءة أو من باقى الحواس . فعليك أن تبتعد بقدر إمكانك عن العثرات ، كما يجب انك أنت لا تكون عثرة لغيرك .

والعثرات ربما تفرض نفسها علينا وربما نسعى نحن برغبتنا إليها .

فالتى تفرض نفسها تكون حرباً خارجية ، والتى نسعى إليها تكون حرباً داخلية تطلب إشباعاً لها من الخارج . وفيها تجتمع الحربان الداخلية والخارجية . وهذه دينونتها أشد ، والنجاة منها أصعب ..

والسيد الرب كان حازماً جداً فى أمره الإلهى بالبعد عن العثرات ..

وذلك بقوله : « إن كانت عينك اليمنى تعثرك ، فاقلعها والقها عنك وإن كانت يدك اليمنى تعثرك ، فأقطعها وإلقها عنك» (مت ٥ : ٢٩ ، ٣٠) .

وكثير من الآباء يفسرون عثرة العين اليمنى ، بالعثرة التى تأتيك من أعز إنسان إليك . أما اليد اليمنى فتشير إلى أكثر الناس مساعدة لك .

وبهذا على الإنسان أن يقطع نفسه عن هؤلاء الأحباء والأعزاء .. إن كانت صلته بهم ستفقده أبديته ... وتجلب له حروباً خارجية لا يضمن هل يصمد أمامها أم لا ...

المهم أن تبعد عن الحرب الخارجية مهما كان الثمن ، ولا تقع فيها بإرادتك

لانك تصلى كل يوم قائلاً : «لا تدخلنا فى التجارب ، لكن نجنا من الشرير» (مت ٥ : ١٣) .

إن هناك عثرات تستهوى الإنسان فيحوم حولها مثلما تحوم الفراشة حول النار، وتظل تحوم حولها حتى تحترق.. ومع أنها ترى فراشات كثيرات قبلها قد احترقت بالنار، إلاّ أنها لا تهدأ حتى تحترق مثلها..!

وقد يوجد مَن يعثرك و يسقطك . ثم يفلت هو ، وتضيع أنت : وقد يمكنه هو أن يتوب ، وتجد أنت صعوبة فى التوبة ! لذلك احرص بكل قوتك و بكل عمل النعمة فيك ، أن تبعد عن العثرة ، وتهرب بذلك من كل حرب خارجية على قدر طاقتك..

ومن مصادر العثرة والحروب الخارجية ، ألوان معينة من القراءات .

القراءات تؤثر فى أفكار الإنسان ، وتؤثر فى مشاعره . وربما تشكل مبادئه ، وتقود مساره فى الحياة..

وهناك قراءات أخرى واضحة الخطأ ، يجب عليك الابتعاد عنها تماماً ، ولا تحتاج هذه إلى مشورة أو سؤال .

وهناك قراءات تجلب شكوكاً أو بلبلة ، وأخرى تثير مشاعر وشهوات .

ولا يكفى للإنسان الروحى أن يبعد عن القراءات الضارة ، إنما ينبغى من الناحية الإيجابية أن يقرأ ما يعمق محبته لله، وهذا يكون كعلاج وقائى له فى الحروب الخارجية .

وإن كان الإنسان محارباً بحب المعرفة ، وهو يعلم تماماً أنه ليست كل معرفة نافعة، بل قد توجد معارف تفقده بساطته ، أو تفقده نقاوته ، وتجعل نظرته إلى الأمور تتغير إلى أسوأ !.. لذلك يجب على كل شخص روحى أن يدقق كثيراً فى نوعية قراءاته ، حتى لا يجلب على نفسه حروباً ...

لأنه من مشاكل القراءة أيضاً أنها تلصق بالعقل أفكاراً ليس من السهل عليه أن يمحوها وينساها.. وقد تحتاج إلى وقت طويل جداً حتى تفارق ذاكرته !..

من أسباب الحروب الخارجية أيضاً :



ونعنى بها الجو العام المحيط به .. أفكار البيئة التى يعيش فيها ، واتجاهاتها ، ونوعية الحياة ، والمبادىء السائدة فى المجتمع ، وأسلوب التعامل ، والمفاهيم التى يعتنقها الكل أو الغالبية ..

وبالأكثر صعوبة أن يحيا شاذاً عن هذه البيئة ، بمبادىء روحية لا يفهمونها .

وهكذا يجد البار أنه يعذب نفسه يوماً بعد يوم (٢ بط ٢ : ٨) ، أو على الأقل يبذل جهداً ضخماً ليحتفظ بأسلوبه الروحى فى الحياة أو على الأقل : يجد أن منهجه الروحى يعرضه لعديد من الحروب .. فماذا يفعل ؟

إن كان بامكانه أن يغير البيئة ، فهذا أفضل جداً . وإن لم يستطع فليصمد .. وليجاهد و يغلب . والله لا ينسى تعب محبته .

حياتنا هى أن نشهد للحق ، إن لم يكن بلساننا ، فعلى الأقل بأسلوبنا العملى فى الحياة . وقد نصحنا الرسول قائلاً : «لا تشاكلوا هذا الدهر» (رو ١٢ : ٢) . والحياة الروحية يلزمها الجهاد والصبر والثبات .

وليثق هذا الإنسان أنه فى كل جهاده لا يحارب وحده ، بل نعمة الرب تعمل معه . ومَن يصبر إلى المنتهى فهذا يخلص (مت ١٠ : ٢٢) .

إن المحاربات الروحية كثيرة وعلينا نحن أن نجاهد ونغلب . وما أكثر النعم التى وهبها الرب للغالبين (رؤ ٢ ، ٣) .

فجاهد أن تكون من الغالبين ، حتى لا تفقد إكليلك ، الذى يهبه لك فى ذلك اليوم الديان العادل (٢ تى ٤ : ٨) الذى سيعطى كل واحد أجرته بحسب تعبه (١ كو ٣ : ٨) .

الفصل الثاني



خطورة الذات

الذات والخطية

المحبة الخاطئة للذات

تصطدم بالله وبأب الاعتراف

الشعور بالذات ، وتكبيرها

الذات فى محيط العطاء

أخطاء الذات فى المعاملات

إنكار الذات ، وبذل الذات

الزهد ـــ قهر الذات

الذات فى محيط الخدمة

الميل الثانى ، والمتكأ الأخير

إدانة الذات

• خطورة الذات

أقدم عدو حارب البشرية ، وأخطر عدو ، هو الذات ، إن الشيطان لا يحاربك بقدر ما تحاربك ذاتك . مشكلتك الكبرى هى الذات .

الذى ينتصر على ذاته من الداخل ، يستطيع أن ينتصر خارجاً على العالم وعلى جميع الشياطين ، والذى تهزمه ذاته ويضعف هو أمامها ، يمكن أن يقع فى أية خطية .

وإذا استعرضنا تاريخ الخطية فى العالم ، نجد أن الذات متداخلة فى كل خطية . ولذلك فالإنسان المنتصر على ذاته ، يكون منتصراً فى كل حرب روحية ، مادامت ذاته لا تخونه ولا تفتح أبوابه للأعداء ، فلا يهمه أى عدو خارجى ، وصدق القديس يوحنا ذهبى الفم حينما قال :

لا يستطيع أحد أن يؤذى إنساناً ما لم يؤذ هذا الإنسان نفسه .

والأذية الحقيقية هى فقدان الملكوت وفقدان السلام الداخلى ، وهذا لا يأتيك مطلقاً من الخارج ، مادامت نفسك قوية فى الداخل .

ولعل إنساناً يسأل : ألا تأتى عثرة من الخارج ؟ إغراء .. شهوة .. محاربة خارجية ؟

نقول إن الحروب الخارجية تأتى وكذلك العثرات ، ولكن لا سلطان لها عليك ، السلطة هى لإرادتك ، المرجع الأخير هو ذاتك ؟

هل أنت فى داخلك تقبل العثرة أو الإغراء ، أو لا تقبل ؟ هل أنت تصمد أمام الحرب الخارجية أم لا تصمد ؟

إن يوسف الصديق تعرض لحرب عنيفة من الخارج من امرأة فوطيفار . ولكنه لم يسقط ، لانه كان رافضاً الخطية فى داخل قلبه . فلم يقبل الإغراء ، وانتصر على العثرة .

إن الشيطان يقترح عليك اقتراحات ولكنه لا يرغمك على التنفيذ .

إذن الوقوع فى الخطية سببه الذات دون التركيز على الإغراءات الخارجية التى هى مجرد عروض تقبلها الذات أو ترفضها .

حقاً أن كثرة إلحاح هذه الإغراءات يسبب ضعف الذات من الداخل ، فتستسلم أخيراً وتسقط .

ويكون ضعف الذات هو السبب المباشر . أما العثرات فهى سبب غير مباشر.

ولذلك فان الذات القوية من الداخل تبعد عن العثرات الخارجية ، حتى لا تؤثر عليها هذه الاغراءات ، فتضعف أمامها . وهكذا حذرنا المزمور الأول من طريق الأشرار، ومجالس المستهزئين وقال القديس بولس : «أما الشهوات الشبابية فأهرب منها» (١تى ٢ : ٢٣) .

والهروب هنا يكون دليلاً على نقاوة الذات ، لانها ترفض التأثير الخارجى الخاطىء ..

ولذلك حسناً هرب يوسف الصديق ، ولم يكن هروبه دليل ضعف ، بل دليل قوة .. كان برهاناً على قوته التى استطاعت أن ترفض الخطية وتبعد عنها .

الذات النقية ترفض حتى الفكر الخاطىء ، وليس فقط العثرة الخارجية انها ترفض أن تتفاوض مع هذا الفكر، إنما تطرده بسرعة ، حتى لا تعطيه فرصة للاستقرار، وفرصة لإضعافها من الداخل .

وقوة الذات تأتى هنا فى غلق أبواب الفكر وأبواب القلب أمام كل اقتراح خاطىء من الشياطين ..

ولهذا فإن المرتل يسبح الرب فى المزمور قائلاً : « سبحى الرب يا أورشليم ... سبحى إلهكِ يا صهيون ، لانه قوى مغاليق أبوابكِ، وبارك بنيكِ فيكِ» (مز١٤٦) .

وسفر النشيد يطوب الذات التى هى « جنة مغلقة ، عين مقفلة ، ينبوع مختوم » (نش ٤ : ١٢) .

ولقد صدق المثل الذى قال :

أنت لا تستطيع أن تمنع الطير من أن يحوم حول رأسك ، ولكنك تستطيع أن تمنعه من أن يعشش فى شعرك.

لابد أن تأتي العثرات . ولكن ما هو موقف ذاتك منها ؟ ما مدى استجابة الذات أو رفضها لهذه العثرات ؟

انك لابد ستقابل فى يوم من الأيام شخصاً يقول لك كلاماً مثيراً.. ولكن المهم هل أنت فى الداخل، ستنفعل وتثار؟ أم ستكون أقوى من الإثارة؟ وهذا الكلام الذى قد يكون مثيراً لغيرك، لا يكون مثيراً لك، إنما تقابله فى هدوء ورصانة وحكمة.

وهنا أختبار الذات : اختبار نقاوتها وقوتها ، ومدى صمودها أمام المثيرات .

فإن سقط الإنسان ، لا أقول إن السبب كله يقع على الحروب الخارجية إنما هناك حرب داخلية مع الذات. فإن كانت الذات قد خانت الله، وقبلت الأعداء الخارجيين، أعداءها وأعداء الله، فلا نستطيع هنا أن نعفيها من المسئولية..

وهنا نسأل : هل ذاتك صديقتك أم عدوتك ؟ هل هى معك أم عليك ؟ وصدق مار إسحق حينما قال..

إن اصطلحت مع ذاتك ، تصطلح معك السماء والأرض .

أى إن استطعت فى داخلك أن تقيم صلحاً بين جسدك وعقلك وروحك، ويسير الثلاثة معاً فى طريق واحد هو طريق الروح، ولا يشتهى الجسد ضد الروح، ولا الروح ضد الجسد حينئذ تصطلح معك السماء والأرض، فلا تخطىء إلى الله، ولا إلى الناس **ولا تخطىء إلى نفسك..**

ولكن لعل إنساناً يقول إنه يحب ذاته ، وذاته تحبه ، وهو يسعد ذاته على الدوام، وهنا نعرض لنقطة هامة وهى:

• المحبة الخاطئة للذات

ما معنى أن تحب ذاتك ؟ هل معنى ذلك أن تدلل ذاتك ، وتعطيها كل ما تطلب كل ما تشتهى؟ وهل محبتك لذاتك هى أن تمدح هذه الذات ، وتمجدها ، وتفضلها ل جميع الناس .

إن كنت تفعل هذا وما يشابهه ، إذن فأنت تحب ذاتك محبة خاطئة ..

المحبة الحقيقية للذات هى أن تسيرها فى طريق روحى ، وتلصقها بمحبة لله ، وتوصلها إلى ملكوته .

والمحبة الحقيقية للذات هى أن تؤدب هذه الذات إن أخطأت ، وتقوم طريقها لما انحرفت ، وإن أدى الأمر أن تعاقبها ، أو أن تقف ضد رغباتها الخاطئة .

غير أن الذات قد تريد أحياناً أن تعيش فى حياة اللذة ، سواء كانت لذة جسدية حسية ، أو لذة بالعالم وشهواته .. وهنا تكون ذاتك حرباً عليك .. و يكون واجبك أن نف ضدها بكل قوة .. وتتذكر باستمرار قول الرب :

« إن أراد أحد أن يأتى ورائى ، فلينكر نفسه ، ويحمل صليبه كل يوم يتبعنى » (لو ٩ : ٢٣) .

يضع أمامنا الرب فضيلة ـ إنكار الذات ـ كفضيلة رئيسية فى الحياة معه ، ولو أدى لأمر أن يحمل الإنسان صليبه كل يوم ، وربما يكون صليباً فى مقاومة هذه الذات ، وفى خضاعها .

ولكن ما أكثر الذين يحبون ذواتهم محبة خاطئة ، ومن مظاهر ذلك ..

• تكبير الذات

يريد أن تكون ذاته باستمرار كبيرة وعظيمة ، ولكنه يخطىء فى الوسيلة إذ يسعى ى ذلك بطريقة خاطئة .

فهو يريد أن تكون نفسه كبيرة من الخارج ، وليس فى الداخل .

كبيرة من الخارج ، أى بمظاهر خارج النفس ، كالمناصب والألقاب ، والغنى والشهرة ، ومديح الناس ، وكل هذه أمور لا علاقة لها بطبيعة النفس ونقاوتها ، بل هى ضدها وتدل على جهل وعدم فهم . بينما يقول لنا الوحى فى المزمور:

كل مجد ابنة الملك من الداخل (مز ٤٥).

على الرغم من أنها« مشتملة باطراف موشاة بالذهب ، ومزينة بأنواع كثيرة» (مز ٤٤).

فما هو هذا المجد الداخلى ، لمن يريد لنفسه أن تكون كبيرة حقاً ، وبطريقة روحية ؟

المجد الداخلى ، هو أن تكون الذات صورة الله ومثاله ، كما سبق الله وخلقها على شبهه (تك ١ : ٢٦، ٢٧).

المجد الداخلى للذات هو أن تشتمل بثمار الروح التى هى محبة فرح سلام وداعة لطف... إلخ . (غل ٥ : ٢٢) . وأن تكون الذات نقية قديسة طاهرة بلا لوم فى كل شىء ، متضعة هادئة رحيمة حكمية .. فهذا هو المجد الحقيقى والذى يوصل نفسه إلى هذه الفضائل فهو الذى يحب نفسه محبة حقيقية روحية .

أما كسب المديح للذات ، وتمجيدها من الخارج . وأما السعى إلى احترام الناس لهذه الذات . وتقديرهم لها . فهى أمور خارجية ، من المفروض فى الإنسان الروحى أن يرتفع عن مستواها ..

ما الذى تستفيده الذات روحياً ، إن مدحها الآخرون ؟ وما قيمة هذا المديح بالنسبة إلى أبديتها ؟ وهل الكرامة الخارجية هى وسيلة روحية لتكبير الذات ، أم هى حرب روحية يسقط فيها الكثيرون ؟

من مظاهر هذه الحرب . ما يسمونه عبادة الذات ، أو عشق الذات ...

إذ يريد الإنسان أن تكون ذاته جميلة فى عينيه ، جميلة فى أعين الناس ، بلا عيب أمامهم ولا نقص .. كما لو كان يؤمن بعصمة ذاته ، أو بأنه لا يمكن أن يخطىء .

إنه إنسان معجب بذاته ، كمَن يحب باستمرار أن ينظر إلى مرآة ، و يتأمل محاسنه .

مثل هذا الإنسان لا يمكن أن يحتمل اهانة ، مهما كانت ضئيلة ، ولا يحتمل نقداً ، ولا يحتمل أن يكلمه أحد بصراحة .

إن هذا كله ، يراه مشوهاً لصورته التي يريد لها أن تبقى جميلة رائعة أمام الناس .. وإذ لا يقبل الصراحة أو النقد ، يبقى كما هو فى أخطائه ، ولا يصحح مسيرته ، ولا يغير صفاته ، وهكذا تكون محبة الذات سبباً فى ابعاده عن النقاوة الداخلية .

وتكون محبة الذات هذه خطراً على أبديته ، لأنها ليست محبة حقيقية .

إنها محبة لسمعة هذه الذات . ولصورتها أمام الناس ، وليست محبة لأبديتها ، ولا محبة لنقاوتها ، إنها محبة غير روحية تشكل خطراً ، وتجلب ضرراً ، ونستطيع أن نقول إنها ليست محبة ، بل هى حرب روحية .

ومع ذلك ، فان محاولة تكبير الذات بمحبة مديح الناس ، هى حرب يسقط فيها كثيرون ..

والذى يحب المديح ، لا يكتفى بمديح الناس ، بل يتطور إلى أن يتحدث كثيراً عن نفسه ، ويمتدحها أمام الآخرين ؟

وفى حديثه عن نفسه ، لا يكون عادلاً ، ولا يذكر حقيقة ذاته كاملة ، فهو لا يتحدث إلاّ عن محاسن ذاته وانتصاراتها وأمجادها ، وفى نفس الوقت يخفى ما فيها من عيوب ، وإن أظهر له أحد هذه العيوب أو بعضها يحاول أن يبررها و يدافع عنها .

• إنها حرب قديمة

إنها الحرب التى حورب بها أبوانا الأولان ، حينما أغراهما الشيطان ، قائلاً : « تصيران مثل الله ، عارفين الخير والشر» (تك ٣ : ٥) .

وكما كان كبر الذات حرباً للإنسان كان هو نفسه سقطة الشيطان .

وفى ذلك وبخه الوحى الإلهى قائلاً : « وأنت قلت فى قلبك : أصعد إلى السموات . أرفع كرسى فوق كواكب الله . أصعد فوق مرتفعات السحاب .. أصير مثل العلى » (إش ١٤ : ١٣ ، ١٤) . فتكرار كلمة « أصعد وكلمة فوق مع كلمة

مرتفعات » كلها تدل على محاولة تكبير الذات .

بل أن تكبير الذات وصل هنا إلى درجة التأله .. أصير مثل العلى .

هل ترون خطورة للذات أكثر من هذا الارتفاع ، أو من هذا الانحدار؟.. لقد حورب هيرودس بهذه الحرب ، فضربه ملاك الرب ، فأكله الدود ومات (أع ١٢ : ٢٢ ، ٢٣) .

ومن مظاهر تكبير الذات أن يكون الإنسان باراً فى عينى نفسه .

وقد قيلت هذه العبارة فى سفر أيوب « فكف هؤلاء الرجال الثلاثة عن مجاوبة أيوب . لكونه باراً فى عينى نفسه » (أى ٣٢ : ١) .

بل وبخه اليهو قائلاً له : « .. قلت أنا أبر من الله » (أى ٣٥ : ١) .

ومن مظاهر تكبير الذات فى القديم ، قصة برج بابل :

هؤلاء الذين قالوا : « هلم نبن لأنفسنا مدينة وبرجاً ، يكون رأسه فى السماء.. ونصنع لأنفسنا اسماً » (تك ١١ : ٤) .

وكانت النتيجة أن الله عاقب كبرياء هؤلاء ، بأن بلبل ألسنتهم وبددهم فى الأرض .

يقودنا هذا أن نبحث نقطة أخرى وهى أن محبة الذات

• تصطدم بالله

إذا وثق الإنسان بذاته ، يبدأ بعمل خطير وهو : استقلال ذاته عن الله ..

يثق بتدبيره لنفسه ، وتحلو تدابيره فى عينيه ، فلا يستشير الله فى شىء ويقول : مادمت أعرف ، فلماذا أطلب معرفة من الله ، ولماذا أطلب معونة ؟

لذلك فالواثق بذاته : تصعب عليه جداً حياة التسليم .

حياة التسليم تحتاج إلى اتضاع قلب ، وعدم التمسك بالرأى الخاص ، وبالتالى تقف ضدها تماماً حرب الذات .

هنا ونتذكر الخطأ الذى وقع فيه يونان النبى ، الذى هرب من الله ، إذ كان له مشيئة خاصة لم تتفق وقتذاك مع مشيئة الله .

ولما عفا الله عن نينوى ـ غم ذلك يونان غماً شديداً فاغتاظ ـ حتى وبخه الله قائلاً : « هل اغتظت بالصواب ؟ » (يون ٤ : ١ ، ٤) .

حقاً انها مأساة ، أن يغتاظ إنسان من مشيئة الله ، اغتياظاً يطلب به الموت .. ولكنها الذات !! حتى بالنسبة إلى نبى عظيم كيونان ، حورب كما حورب غيره .

على أن هناك اتجاهاً آخر فى مشكلة الذات ، وهو رفض الله كلية .

وقع فى هذا الخطأ المرعب ، الوجوديون الذين رأوا بسبب شهواتهم الخاصة أن وجود الله يعطل وجودهم .

ورأوا أن محبة الله تقف ضد رغباتهم ، وضد تحقيق الذات عندهم بالصورة التى يحبونها فى حياة اللذة والمتعة ، وفى حياة الحرية المطلقة التى تريد أن تفعل ما تشاء ، حتى لو كان ضد القيم والآداب والمُثل ، وضد وصايا الله .

إن الحرية المطلقة التى تطلبها الذات ، هى حرب من حروب الذات ، تهدف إلى الاباحية ، وتنتهى إلى الالحاد .

وبعض الناس دخلوا فى هذا النطاق ولكن بأسلوب مختلف ، ولكنه للأسف ينتهى إلى نهايات مشابهة ..

هؤلاء هم اللاهوتيون الذين أعطوا أنفسهم حرية فى العقيدة بغير حدود .

وكل ما لم يوافقهم من تعليم الكتاب انكروه ، أو اعتبروه أساطير أو حاولوا ترجمته حسب إتجاه الذات عندهم .

قصة فلك نوح لا تعجب عقلهم مثلاً ، إذن لا مانع من اعتبارها أسطورة ..

على أن هناك نوعاً آخر اتخذت عنده الذات أسلوباً ضد وصية الله ولكنه أخف من هذا بكثير..

مثال ذلك الذين لا يحفظون وصية يوم الرب بسبب الذات ومشاغلها أو الذين يكسرون وصية العشور، بسبب الذات وانفاقاتها .

هؤلاء اصطدمت عندهم الذات بالله سلوكياً وليس عقيدياً ..

محبة الذات تصطدم أيضاً بأب الاعتراف :

تصطدم بأب الاعتراف

الإنسان المعتد بذاته ، يكون أب الاعتراف بالنسبة إليه مجرد شكليات .

إنه لا يطلب إرشاداً من أب اعترافه لأنه يعرف كل شيء والحل حاضر في ذهنه ، وهو لا يطلب منه قيادة حياته الروحية ، لأنه يعرف كيف يقودها و يعرف الخير لها بالأكثر.. !!

كل ما يطلبه من أب الاعتراف هو الموافقة عما يُعرضه هو عليه ، حتى يستوفي الشكليات من جهة موافقة أب الاعتراف ، وإن لم يوافقه ، يظل يجادله ويلح .

و يشرح و يبدى أعتراضات عملية على الحلول الأخرى التى يعرضها أب الاعتراف ، لكى يستقر أخيراً على رأيه .

و بالاختصار نقول عن الواقع فى حرب الذات أن الطاعة صعبة عليه ، **وأنه يسلك دائماً حسب هواه ..**

إنه يفكر لنفسه ، والفكر الذى يأتيه من غيره ، هو مجرد اقتراح لا يلتزم به ، مهما كان مصدره . وإن كان سلوكه هكذا مع أب اعترافه ، فبلاشك سيسلك هكذا مع رؤسائه المدنيين .

لذلك كثيراً ما نرى المعتد بذاته يصطدم برؤسائه فى العمل .

ويمكن أن يصطدم ببعض زملائه أيضاً ، إنه يشعر أنهم يتدخلون فى عمله .

الشعور بالذات

شعور الإنسان بذاته وتمركزه حولها له أسباب نذكر منها :

أول شيء يجعل الإنسان يشعر بذاته ، هو التفوق ، والمواهب ، والقدرات غير العادية والشعور بالقوة .

كل هذه أمور قد تحاربه من الداخل وربما تريد أن تعبر عن وجودها بأى مظهر خارجي يثبت به الإنسان أنه صاحب مواهب ومقدرات ..

وتزيد الحرب عليه ، إن دخلت فى دور من المقارنة ..

وشعر أنه أفضل من غيره فى شيء ما ، أذكى منه ، أو أكثر معرفة أو أكثر خبرة ، أو أقوى جسداً ، أو أجمل شكلاً ، أو صاحب موهبة معينة ، فى الرسم ، فى الموسيقى ، فى الشعر ، فى عمل اليد عموماً ، فى اللغة ... إلخ .

وحتى فى خدمة الرب قد تبرز الذات .. إن شعر الإنسان أن له طاقات فى الخدمة أكثر من غيره .

كأن يكون أكثر حفظاً فى الألحان أو أجمل صوتاً ، أو أن يكون أكثر من غيره دراسة للكتاب ، أو إلماماً بأقوال الآباء ، أو أن يكون أعمق تأثيراً فى خدمته ، أو فى وعظه ، أو فى تدبيره ، أو فى مشروعاته .

وقد يكون سبب الشعور بالذات : المركز ، المنصب ، الغنى ، الشهرة .

ربما تكون كل هذه أسباب شعور بالذات ، ولكن المتواضعين يفلتون منها ، إن استخدموا كل ذلك فى مجال خدمة الآخرين ، وليس فى مجال ظهور ذواتهم أو الافتخار بها ، أو الارتفاع على غيرهم ..

إن المواهب لها بلا شك خطورتها

فقد ترفع القلب من الداخل ، وربما ترفعه فى الخارج أيضاً ، وتقود إلى حرب المجد الباطل ، ولذلك قد يتساءل الفكر عن الذين أعطاهم الرب موهبة صنع المعجزات ، كيف كانوا يحتملونها ؟ وبخاصة لو كانت إقامة موتى ، أو فتح أعين العميان ..

ولهذا قال أحد الآباء :

إن وهبك الله موهبة ، فاسأله أن يهبك معها اتضاعاً ليحميها ، أو اسأله أن يرفعها عنك .

وهنا ونتعجب من الذين ، بدلاً من أن يطلبوا من الله أن يمنحهم نقاوة القلب وثمار الروح ، نراهم يطلبون منه موهبة التكلم بألسنة مثلاً ..

ولا تكون فى ذهنهم وقتذاك خدمة الكلمة فى مجاهل أفريقيا أو فى الصين أو اليابان.. وإنما يطلبون الموهبة وكفى.

ألا يحتمل جداً أن تكون وراء طلب مثل هذه المواهب، حرب من الذات؟

ماذا تفيدك أيها الأخ أمثال هذه المواهب، التى قد تكون حرباً عليك، ولماذا يحزن قلبك إن لم تكن لك؟ هوذا الرب يأمرنا أن نطلب ملكوت الله وبره.

أما إن شاء تدبيره الإلهى، أن يهبنا شيئاً من هذه المواهب الفائقة فليكن معها أيضاً الاتضاع، الذى تختفى فى وجوده الذات.

ولكنك أنت يا أخى المحبوب، إن حوربت بهذه الحرب، فقبل أن تطلب لنفسك موهبة، إسأل ذاتك أولاً: هل فى مقدرتى احتمال هذه الموهبة أم من الجائز أن تقودنى إلى كبرياء تضيع أبديتى؟

نتائج عبادة الذات

الإنسان المعتد بذاته يصل إلى العناد وتصلب الرأى.

فكره هو فوق الكل، لا يقبل فيه معارضة، بل يعادى مَن يعارضه أو يكرهه، أو يعمل على تحطيمه، أو على الأقل يتجاهل الرأى الآخر.

إنه اعتداد بالذكاء الشخصى أو بالمعرفة الشخصية. وفيه يكون الشخص صعب التفاهم جداً.

وأمثال هؤلاء، إن حدثهم أحد، يردون عليه قبل أن يكمل حديثه، وقد يقاطعونه أثناء الكلام أكثر من مرة.. ومهما أورد محدثهم من أدلة قوية، يبقون على رأيهم كأن لم يقل شيئاً..

ولذلك يتجنبهم الناس، أو يتجنبون النقاش معهم، شاعرين أنه لا فائدة.

والمعتد بذاته، إذا تولى رئاسة، يصل إلى أسلوب من التسلط.

ليس فقط من جهة تصلبه فى الرأى إنما أيضاً من جهة تنفيذ هذا الرأى ولو بالقوة،

وقد يحدث هذا حتى فى محيط الخدمة ، حينما يلغى أحد الخدام شخصية كل الخدام الآخرين والنقاش معهم ، إذ لا فائدة من النقاش ! أنا قلت كده يعني كده !

وهنا عبادة الذات ، تقود حتماً إلى الغرور ، والكبرياء ، وحب العظمة .

وفيها ينتقد الإنسان حياة الوداعة والتواضع والهدوء ، و يصل من التسلط إلى التأله . على أن هناك جانباً آخر ، قد يقع فيه لون آخر من محبى الذات ..

الإشباع الخاطئ للذات

وذلك هو الاشباع الخاطيء لمحبة الذات ونقصد به اشباع الذات عن طريق اللذة وليس عن طريق الكبرياء .

يجمع الأمرين معاً قول القديس يوحنا الرسول ، شهوة الجسد وشهوة العيون ، وتعظم المعيشة (١ يو ٢ : ١٦).. فشهوة الزنا تدخل فى حرب الذات وشهوة الطعام هى حرب أخرى للذات فى نطاق الجسد .

لان حرب الذات قد تأخذ اتجاهاً جسدياً ، كما تأخذ اتجاهاً نفسياً .

وقد يدخل فى إشباع الجسد ، عدم القدرة على الصوم ، والتهالك على الطعام الشهى ، وعلى شرب الخمر ، وعلى أنواع المكيفات ، ربما تصل إلى حد الادمان .

والحديث عن شهوات الجسد ، موضوع طويل ليس الآن مجاله ..

الذات فى محيط العطاء

محبة الذات تقف حائلاً منيعاً ضد محبة الآخرين ، وضد حياة البذل ، والعطاء .

مثال لذلك الغنى الغبى واهماله للعازر المسكين (لو ١٦) .

ومثال لذلك أيضاً كل المصابين بالبخل والتقتير ، والذين يهملون دفع البكور والعشور والنذور ، لكى ينفقوه على الذات .

على أن المحب لذاته قد يعطى ، ولكن فى حدود معينة لا تصطدم بذاته ورغباتها ..

هو قد يعطى من فضلاته ولا يستطيع مطلقاً أن يعطى من أعوازه ، كما فعلت تلك الأرملة القديسة التى طوبها الرب له المجد (لو ٢١ : ٤) .

ومهما أعطى ، فانه يعطى خارج ذاته ، ولا يمكنه مطلقاً أن يبذل ذاته .

المحب لذاته ، لا يمكنه أن يضحى بذاته من أجل غيره ، ولا يمكنه أن يفتدى غيره بنفسه . وإن وجد خطراً يلحق به إن دافع عن غيره ، يضع حداً لدفاعه . لان ذاته هى الأهم فى نظره!... حقاً ما أبعد محبة الذات عن التضحية ، وعن الفداء ، وعن الاستبسال فى الدفاع عن الآخرين .

بل قد تقف الذات حائلاً ضد الخدمة أيضاً ، بحجة ضيق الوقت أيضاً .

فالمحب لذاته يعطى للخدمة ما فضل من وقته كما يعطى الفقراء من فضلاته .

ومن الجائز أن يعتذر عن الخدمة ، ولا يلتزم بمواعيدها ، إن طرأت عليه مشغولية ما ، فانه يفضلها على الخدمة ، مهما كانت نتائج ذلك بالنسبة إلى الخدمة .

إن كان الأمر هكذا ، فماذا نقول إذن عن الاستشهاد ؟

المحب لذاته لا يستطيع أن يقدم على الاستشهاد ، لأن نفسه عزيزة عليه ، ولهذا كان لابد للشهيد أن يتخلص أولاً من محبه الذات والاهتمام بها هذا الاهتمام الباطل الذى لا يحفل بأبديتها .

الشهيد من أجل الله يبذل ذاته .

وهناك درجة أقل من الشهادة ، وهى إعطاء الإنسان ذاته لله بتكريسها له .

فالتكريس درجة عليا فى الخدمة ، يهب المكرس فيها كل وقته لله ، على شرط أن يبعد التكريس أيضاً عن محيط الذات . فلا يكون تكريساً تكبر به الذات ، إنما تكريس تبذل فيه الذات .

والإنسان المنكر لذاته ، حينما يعطى إنما يعطى خير ما عندة .

لأنه لا يحب الخير لذاته ، بقدر ما يحب الخير لغيره ، وفى ذلك يقول الرسول عن المحبة إنها «لا تطلب ما لنفسها» (١ كو١٣) .

المحب لذاته لا يمكنه أن يعطى خير ما عنده ، بل يحتجزه لنفسه .

وأسوأ ما فى محبة الذات فى هذه الناحية أن يعطى الإنسان شيئاً ثم يندم عليه فيسترجعه .

ننتقل الآن إلى نقطة أخرى عن الذات وهى :

أخطاء الذات فى المعاملات

أحياناً يجد الإنسان المحب لذاته ، انه لابد أن يقف ضد الآخرين لاثبات ذاته .

وأول خطوة فى ذلك هى المنافسة .

المنافسة إن كانت مباراة فى النفع العام ، بحيث يتنافس الكل فى خدمة المجتمع ، حينئذ تكون المنافسة خيراً .. وكما قال الكتاب : «حسنة هى الغيرة فى الحسنى» (غل ٤ : ١٨) .

أما إن كانت المنافسة هى محاولة انتصار فريق على الآخر ، ولو بتحطيمه فهنا تظهر الذات ومعها عدم محبة الآخرين .

حسن أن يتبارى الجميع فى التفوق أما أن يكره شخص مَن يتفوق عليه فهنا أيضاً تظهر خطورة محبة الذات .

هنا تقود الذاتية إلى الحسد وإلى الغيرة وإلى الكراهية .

إنها الغيرة الطائشة التى تريد أن يصل إليها وحدها كل شىء ، ولا يصل إلى أحد شىء ، هى وحدها التى تكبر والتى تملك ، وهى وحدها التى تتفوق ، والتى تمدح ، وهى التى تُسلط عليها الأضواء ، ولا تُسلط على غيرها .. وإلاَّ ..

وإلاَّ تبدأ الذات حرباً مع كل مَن ينافسها ، أو يسير فى نفس الطريق معها .

ذات تريد أن تكبر ، وذات أخرى تريد أن تكبر وحدها ، وهنا الخطورة حيث تثير هذه الذات جواً ضد غيرها دون عيب فيه ، ودون أن يقترف ذنباً ضدها أو ضد أحد ..

إنه صليب يحمله المتفوقون ، ممّن يحسدونهم على تفوقهم .

وهذا هو الذى لاقاه داود النبى من شاول الملك ، أو هذا هو الذى لاقاه يوسف الصديق من إخوته ، ولنفس السبب قام هيرودس ضد السيد المسيح منذ مولده ، وبنفس الشعور قال : الفريسيون بعضهم لبعض : « انظروا انكم لا تنفعون شيئاً .. هوذا العالم قد ذهب وراءه » (يو ١٢ : ١٩) .

حقاً ما أصعب تلك العبارة التى قيلت فى سفر التكوين

« لم تحتملهما الأرض أن يسكنا معاً » (تك ١٣ : ٦) .

إذا أرادت الذات أن تملك ، تكون مستعدة أن تحطم كل مَن ينافسها ، مثلما حدث أن آخاب قتل نابوت اليزرعيلى .

ونفس الوضع فى الاحترام والمديح .

إن كان من مشاكل المحب لذاته ، أنه يحب مديح الناس واهتمامهم به واحترامهم له ، فأخطر من هذا ، شخص يريد أن يكون الوحيد الذى هو موضع الاحترام والاهتمام والمديح وأسوأ من هذا إن قاده هذا الشعور إلى معاداة كل شخص فى مجاله يتمتع بتقدير الآخرين .

ومن هنا تأتى الصراعات بين أصحاب المهنة الواحدة ، أو الذين يعملون فى نشاط واحد ، أو يتنافسون على رئاسة .

مريم كانت جالسة عند قدمى المسيح تستمع إليه ، ولم تفعل شيئاً ضد مرثا .

ولكنها لم تسلم من انتقادها .. إنها الذات التى دفعت مرثا إلى انتقاد أختها مريم ، لماذا أتعب أنا وحدى ، تقوم هى لتتعب معى ، أو لماذا هى تتمتع بجلسة التأمل واحرم أنا منها ؟ (لو ١٠ : ٤٠) .

وكما حدث من أجل الذات أن مرثا انتقدت مريم ، حدث لنفس السبب أن الابن الأكبر انتقد أخاه الأصغر (لو ١٥) .

نقطة أخرى فى محبة الذات . وهى أن المحب لذاته لا يمكن أن يأتى بالعيب على نفسه ، وإنما ..

يلقى بمسئولية أخطائه على غيره .

حتى إن رسب فى الامتحان ، فإما أن واضع الامتحان كان قاسياً فى أسئلته ، وإما أن المصحح لم يكن رحيماً فى تصحيحه . وإما أن الله لم يسنده فى امتحاناته على الرغم من الصلوات التى رفعت إليه .

ولذلك يرى نفسه مظلوماً باستمرار.المحب لذاته .. إما أن يصل وإما دائماً يسخط ، ويتذمر، ويشكو.

يشكو والديه ، و يشكو المجتمع و يشكو الزمان الذى يعيش فيه ، و يشكو معاملات الآخرين ، و يشكو أسباباً عديدة لعدم وصوله ، و ينتقد كل الذين وصلوا ، وأساليبهم التى أرتفع هو عن مستواها ..

أما ذاته فهى الوحيدة التى لا يشكوها والوحيدة التى لم تخطىء ..

ومن أجل هذا ، هو لا يصلح عيباً فيه ، لان ذاته تبدو أمامه بلا عيب .. وإذ تستمر متاعبه و يستمر عدم اصلاحه لنفسه ، تستمر بالتالى شكاواه التى لا تنتهى .

إن كان رئيساً يشكو من أخطاء مرؤوسيه .. وإن كان مرؤوساً يشكو رؤساءه وزملاءه ... وإن كان ولا أحد من هؤلاء قد أخطأ ، حينئذ يشكو الأنظمة والقوانين واللوائح ! المهم أنه يدافع عن ذاته إن ارتكب خطأً : فيغطيه بالكذب أو بتبريرات عديدة ، أو يلقى التبعية على غيره ، أو يقول إنه ما كان يقصد... وهكذا بدلاً من أن يصلح ذاته ، يغطيها !

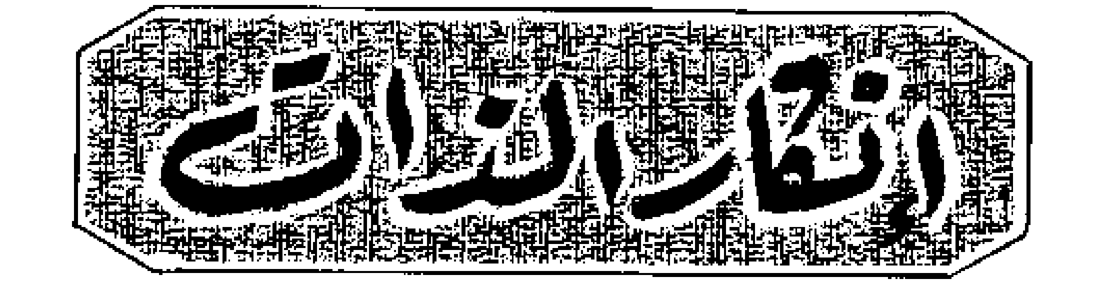
والمحب لذاته حساس جداً نحو كرامته ، يعامل نفسه والناس بميزانين مختلفين .

يدقق جداً فى أقل كلمة توجه إليه بينما لا يبالى بما يقوله هو للناس .

و يريد معاملة ، لا يعامل بها غيره .

هو حساس نحو كرامته ، ولكنه ليس حساساً نحو كرامة الناس فى معاملته لهم .

متى وكيف ينكر الإنسان و يدين ذاته هذا ما أود أن أحدثك عنه الآن



المثال العظيم

إن كان الإنسان الأول قد إنهزم فى حرب الذات ، واشتهى أن يصير مثل الله (تك ٣ : ٥) فان السيد المسيح الذى بارك طبيعتنا فيه ، صحح هذه النقطة . وكيف كان ذلك ؟ يقول عنه الرسول إنه :

« أخلى ذاته . وأخذ شكل العبد صائراً فى شبه الناس » (فى ٢ : ٧) .

وعاش على الأرض فقيراً ، ليس له أين يسند رأسه (لو ٩ : ٥٨) بلا وظيفة رسمية فى المجتمع . وتنازل عن كرامته . « ظُلم . أما هو فتذلل ولم يفتح فاه .. واحصى مع أثمة » (إش ٥٣ : ٧ ، ١٢) ولم يدافع عن نفسه ..

أنكر ذاته من أجلنا . ووضع ذاته لكى يرفعنا نحن . ووقف كمذنب . لكى نتبرر نحن . ذاته لم يضعها أمامه بل وضعنا نحن ..

ومع أن معمودية يوحنا كانت للتوبة ولم يكن السيد المسيح محتاجاً إلى توبة ، وبالتالى ما كان محتاجاً إلى معمودية ، إلاَّ أنه من أجلنا تقدم إلى العماد . وفى نكران للذات قال لعبده يوحنا : « اسمح الآن » (مت ٣ : ١٥) .

إن اخلاء المسيح لذاته موضوع واسع ، ليس الآن مجاله . يمكن أن تقرأ عنه مقالاً طويلاً فى كتابنا (تأملات فى الميلاد ص ٧ إلى ٢٨) .

نتابع الآن عناصر إنكار الذات :

بذل الذات

سواء كان هذا البذل من أجل الله ، أو من أجل الكنيسة ، أو من أجل أى إنسان قريب أو بعيد . وما أجل قول القديس بولس الرسول فى هذا الشأن :

« ولا نفسى ثمينة عندى » (أع ٢٠ ، ٢٤) وهكذا بذل الرسول نفسه فى خدمته .

« فى تعب وكد . فى أسهار ، فى أصوام . فى جوع وعطش ، فى برد وعرى ، بأسفار مراراً كثيرة ، بأخطار فى المدينة ، بأخطار فى البرية ، بأخطار فى البحر ، بأخطار من إخوة كذبة » (٢ كو ١١) « فى شدائد ، فى ضرورات ، فى ضيقات ، فى سجون » (٢ كو ٦ : ٤ ، ٥).

وهكذا أعطى نفسه مثالاً للخدمة التى لا تبحث عن الراحة . إنما تبذل ذاتها وتتعب فى الكرازة والتعليم وفى البحث عن الضال ...

إنه نفس مثال الشمعة التى تذوب لتنير للآخرين ، ومثال حبة البخور التى تحترق لتعطى رائحة ذكية لغيرها .

إنه مثال نقدمه لمَن يشترط لتكريسه أن يكون ذلك فى بلدة كبيرة ، أو فى كنيسة غنية ، أو فى كنيسة قريبة من بيته !

من أجل الكرازة تغرب الرسل فى بلاد بعيدة . وكرز البعض وسط شعوب من آكلى لحوم البشر. المهم أن تنتشر كلمة الله .

إذا دعيت يا أخى للخدمة ، لا تفكر فى ذاتك ، ولا فى راحتك ، ولا فى احتياجاتك المالية والمادية ، فالله يعتنى بكل هذه . إنما ركز تفكيرك كله فى احتياج النفوس إلى الله . وابحث عن الاحياء المحتاجة ، والمناطق غير المخدومة مهما بذلت فى سبيل ذلك ..

وتذكر فى الخدمة قول الرب :

« مَن وجد حياته يضيعها . ومَن أضاع حياته من أجل يجدها » (مت ١٠ : ٣٩).

فما معنى هذه العبارة العجيبة ؟ وما هى أعماقها الروحية ؟ وما أمثلتها ؟

من أضاع نفسه

لعل البعض كان يظن أن موسى النبى - من أجل غيرته المقدسة - قد ضيع نفسه ، حين ترك الامارة والقصر الملكى !! «مفضلاً بالأحرى أن **يُذل مع شعب الله ... حاسباً عار المسيح غنى أفضل من خزائن مصر» (عب ١١ : ٢٥، ٢٦).**

ولكن نفس موسى لم تضع ، وإنما وجدها فى راحة الآخرين ، وفى إيمانهم ، وفى عمل الله به . وهكذا صار زعيماً للإيمان فى أيامه .

وأول مَن ائتمنه الله على شريعة مكتوبة .

ووقف موسى على جبل التجلى مع المسيح وإيليا . أما الامارة التى ضيعها فكانت نفاية إلى جوار الأمجاد التى حصل عليها .

على أن موسى ما كان ينظر إلى هذه الأمجاد حينما ترك قصر فرعون .. إنما كان يهمه أن يبذل ذاته لأجل الشعب مفضلاً أن يُذل معهم على التمتع بالقصور !!..

ونفس الوضع نراه مع إبينا إبراهيم . فحينما دعاه الله ، إنما دعاه إلى البذل ، بأن يترك أهله وعشيرته وبيت أبيه ، و يذهب ليتغرب بعيداً فى أرض لا يعرفها (تك ١٢) .

ثم دعاه بعد ذلك إلى اختبار أصعب ، إلى بذل ابنه الوحيد .

« وإبراهيم لما دُعى أطاع » (عب ١١ : ٨) .

وبذل إبراهيم صار صورة مضيئة عبر الأجيال . وعوضه الله عنه بنسل كنجوم السماء ورمل البحر. وكلنا أبناء لإبراهيم (رو ٤ : ١١، ١٦).

هل كان إبراهيم يفكر فى ذاته ، حينما رفع السكين ليذبح ابنه ؟! كلا ، لم تكن ذاته أمامه اطلاقاً ، بل كانت أمامه وصية الله . و بنفس الشعور ترك إبرام وطنه ، وهو لا يعلم إلى أين يذهب (عب ١١ : ٨) .

ولكن الله وضع المكافأة لهذا الذى بذل ، ولكل مَن يبذل .

إبذل ذاتك إذن . وثق أن هذه الذات ستكون عزيزة وغالية جداً عند الله . ولن يتركها تضيع . بل سيردها إليك أضعافاً . وتجدها فيه .

ننتقل إلى نقطة أخرى فى إنكار الذات ، وهى :

الزهد وعدم التنعم

الإنسان الذى يهتم بذاته وشهواتها يقول كما قال سليمان من قبل : « بنيت لنفسى بيوتاً ، غرست لنفسى كروماً ، عملت لنفسى جنات وفراديس ...

ومهما إشتهته عيناى . لم أمسكه عنها ... » (جا ٢ : ٤ - ١٠) .

هنا التنعمات المادية والجسدية للذات والتى ينطبق عليها قول الرب : « مَن وجد حياته يضيعها » (مت ١٠ : ٣٩) .

وعكس ذلك الزهد ، فى الأكل ، فى الملبس ، فى كل شىء .

الذين تنعموا استوفوا خيراتهم على الأرض . كما قيل لغنى لعازر (لو ١٦ : ٢٥) أما الزاهدون فأجرهم فوق مع الله فى السماء .

كل قصص الآباء الرهبان والمتوحدين والسواح ، إنما هى أمثلة رائعة عجيبة فى حياة الزهد التى تجحد الذات وكل شهواتها .

وهناك أمثلة فى الزهد ، حتى لاشخاص عاشوا فى قصور الملوك مثل دانيال النبى الذى قيل عنه : « وأما دانيال ، فجعل فى قلبه أنه لا يتنجس بأطايب الملك ولا بخمر مشروبه » (دا ١ : ٨) . وقال هو عن نفسه فى صومه :

« لم آكل طعاماً شهياً . ولم يدخل فى فمى لحم ولا خمر . ولم أدهن . حتى تمت ثلاثة أسابيع أيام » (دا ١٠ : ٣) .

اين الذات هنا ، بالنسبة إلى إنسان يعيش فى قصر ملك ، و يرفض كل أطايبه . و يكتفى بالقطانى ؟! ومع انه كان رئيساً للولاة ، لا يضع فى فمه شيئاً شهياً ...

إن تداريب الصوم هى محاولات عملية لقهر الذات . وكذلك السلوك بالعفة .



قهر الذات

الصوم والعفة هما قهر للذات من جهة طلبات الجسد وشهواته . وهناك قهر آخر للذات من جهة النفس...

سعيد هو الإنسان الذى يراقب ذاته ويمنعها كلما تشرد نحو التنعمات العالمية .

فقد تميل النفس إلى حب الظهور ، وإلى الاعلان عن ذاتها ، والسعى وراء العظمة . وفى كل ذلك ينبغى أن نقاومها .

وتقنع ذاتك بأن التنعم بالله أفضل وأنه خير لها أن تكتنز خيراتها فى العالم الآخر.

إن الذين يريدون أن يتنعموا هنا ، لابد يقف أمامهم قول الرب : «الحق أقول لكم إنهم قد استوفوا أجرهم» (مت ٦ : ٥) .

لا تحاول إذن أن تأخذ كل حقوقك على الأرض ، فمن الخير أن تأخذها هناك ، حيث يمسح الله كل دمعة من عينيك .

فإن مالت نفسك . أو مال جسدك إلى متع العالم الحاضر . امنعهما بشدة لا قسوة عليهما . إنما ضماناً لابديتهما .

فالذى يدلل ذاته هنا ، إنما يهلكها .. والذى يتراخى فى ضبط ذاته ، تقوى ذاته عليه وتتمرد على سلوكه الروحى . بعكس الذى يدرب ذاته و يروضها فى دروب الرب .

وثق أن فى قهر الذات لذة روحية لا تعادلها كل ملاذ الجسد .

ولعلنى أكون قد كلمتك عن قهر الذات فى مقال سابق عن التخصب .

ومن العجيب أن الذات تحب أن تظهر حتى فى الخدمة ! حيث يجب أن تختفى تماماً .

الذات فى الخدمة

إن الشيطان إذا وجد الإنسان حريصاً يقهر ذاته فى كل ملاذ الجسد ، قد يحاول أن يدخل معه فى حرب أخرى ، لكى يجعل للذات مجالاً للظهور فى محيط الخدمة !

وما أسهل أن يجد الإنسان فى الخدمة مجداً وظهوراً واشباعاً للذات .

ما أسهل أن يتخذ إنسان العظة لعرض معلوماته ، والاعلان عن مواهبه ومعارفه ، حتى إن كان كل ما يقوله بعيداً كل البعد عن خلاص النفس وعن موضوع العظة !

و يقف الشيطان ضاحكاً راضياً عن العظة التى تهلك الواعظ ، ولا تفيد أحداً من الموعوظين !

ما أسهل أن الخادم يربط المخدومين بشخصه وليس بالله . أو يكون منهم فريقاً يناصره إذا تعب . وهنا تبدو الذات واضحة .

أما الروحيون فهم ليسوا كذلك .

العظة بالنسبة إليهم هى محاولة مخلصة للدخول إلى أعماق النفس لأجل تطهيرها وتقريبها إلى الله ، بترك خطاياها ، وبمحبة الخير والله ، أياً كانت اللغة أو الأسلوب .

فالمهم هو الهدف الروحى .

شتان بين عظة يخرج منها السامعون قائلين [هذا واعظ علامة] وبين عظة يخرجون منها قائلين نريد أن نتوب ...

ذات الواعظ أو المعلم أو الكارز ، ليست هى الهدف ، إنما الهدف هو خلاص النفس . والواعظ الناجح هو الذى يكسب نفوساً للرب ، وليس الذى يكسب تقديراً شخصياً من سامعيه .. وما أجمل قول المرنم فى المزمور :

« ليس لنا يارب ليس لنا . لكن لاسمك القدوس أعط مجداً » (مز ١١٥ : ١) .

العظة هى أن نكشف للموعوظ ذاته وحروبه : ونعلمه كيف يدين ذاته

وكيف ينتصر عليها : لا أن نقدم له معلومات لا يدان فى اليوم الأخير على جهله أياها !

ولو أن كل واعظ نقى عظته من الذات ، وركزها على خلاص الآخرين ، لكسبنا للملكوت كسباً عظيماً ...

فى مجال الخدمة ما أعظم مثال القديس يوحنا المعمدان فى قوله عن السيد الرب :

« ينبغى أن ذاك يزيد . وانى أنا أنقص » (يو ٣ : ٣٠) .

وهكذا كان يوحنا يحول كل محبة الناس إلى المسيح و يختفى هو . إنه لم يأتِ ليشهد لنفسه ، وإنما « ليشهد للنور، ليؤمن الكل بواسطته » (يو ١ : ٧) .

جاء يعد الناس لاستقبال المسيح ، و يهيىء له شعباً مستعداً (لو ١ : ١٧) و ينجح يوحنا فى رسالته لاختفاء ذاته . ونسجل هنا حقيقة هامة :

هناك أمران تنجح الخدمة بهما :

١ ـ ان يكون الله هو الهدف .

٢ ـ وان يكون الله هو الوسيلة ولا تكون الذات هدفاً ولا وسيلة .

ذلك لأن كثيرين يعتمدون على ذاتهم فى الخدمة اعتماداً أساسياً ، على ذكائهم ومعلوماتهم وتأثيرهم الشخصى كما يعتمدون على شهرتهم وهيبتهم فى قبول الناس لتصرفهم ولكلامهم ..! وأين الله ؟

وإذ لا يدخل الله فى الخدمة ، تفشل وتظهر الذات . وإذ تقل الصلاة فى الخدمة ، تضعف لأن الله لم يباركها .

إن خدمة الروحيين لها طابعها الخاص : تشعر فيها أن الله هو الذى يعمل . وهو الذى يبارك كل خطوة وأنها ليست نتيجة فلان أو فلان ...

لذلك يوجد أيضاً السلام فى محيط الخدمة ، وتوجد المحبة أيضاً والتعاون .

وليس فقط كل واحد يختفى لكى يظهر الله ، إنما أيضاً يختفى لكى يقدم غيره من الخادمين على نفسه .

أما إن وجد فى الخدمة بولس وأبولس . فهنا توجد الذات . وتوجد معها الشقاقات (١ كو ٣: ٣، ٤).

ولهذا نصح السيد المسيح تلاميذه بأن يبعدوا الذات عن محيط الخدمة، حينما فكروا مَن يكون الأول فيهم . وقال لهم :

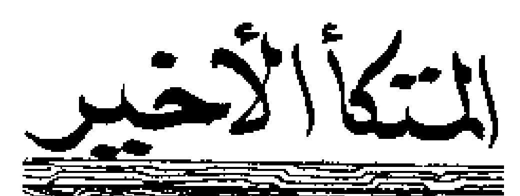
« لا يكون هكذا فيكم ، بل مَن أراد أن يكون فيكم عظيماً ، فليكن لكم خادماً كما أن ابن الإنسان لم يأتِ ليُخدم بل ليخدم . و يبذل نفسه فدية عن كثيرين » (مت ٢٠ : ٢٦-٢٨).

وما أجمل قول الشيخ الروحانى :

[كل مكان حللت فيه . كن صغير إخوتك وخديمهم]

إن محبة الرئاسة حرب شديدة قد تعمل على إفساد الخدمة . وكذلك التنافس ومحبة الظهور. وكلها ناتجة عن الذات .

وهذه كلها عالجها السيد المسيح بمبدأ « المتكأ الأخير » (لو ١٤ : ١٠).



المتكأ الأخير

ولسنا نعنى هنا الأخير من جهة المكان ، إنما من جهة المكانة .

فلا تحسب نفسك أنك أهم الموجودين فى المكان الذى تحل فيه .

وان رأيك هو أهم الاراء ، وقرارك هو أهم القرارات . ومركزك هو الأهم.. و ينبغى أن تكون أنت المطاع ، وأنت المحترم وسط الكل ، وإلاّ تغضب وتثور!!

لا تعط لنفسك كرامة وتفرضها على الآخرين . إنما اترك الناس يكرمونك من أجل ما يرونه من وداعتك واتضاعك .

لا ترغم الناس على احترامك .. فالاحترام شعور داخل القلب ، لا يأتى بالارغام، إنما بالتقدير الشخصى .

قد ترغم إنساناً على طاعتك ولكنك لا تستطيع أن ترغمه على احترامك .

والارغام فى هاتين الحالتين كلتيهما لون من سيطرة الذات ...

وفى معاملاتك مع الناس . كن نسيماً ولا تكن عاصفة !

كثيرون يحبون صفة ـ العاصفة ـ لأن فيها القوة . أما النسيم فيمثل الوداعة واللطف ، اللذين ينبغى أن يتصف بهما كل مَن ينكر ذاته .

فى معاملاتك مع الناس . لا تفضل نفسك على غيرك .

فإن الرسول يقول لنا : « مقدمين بعضكم بعضاً فى الكرامة » (رو ١٢ : ١٠) .

على أن يكون ذلك من عمق القلب ، وبعمق الاتضاع ، وبغير رياء ...

وهناك درس آخر فى التعامل مع الناس ، قدمه لنا الرب فى العظة على الجبل ، وهو :

الميل الثانى

وقال فى ذلك : « مَن سخرك ميلاً واحداً ، فاذهب معه اثنين . مَن أراد أن يخاصمك و يأخذ ثوبك ، فاترك له الرداء أيضاً » (مت ٥ : ٤٠ ، ٤١) .

وبنفس الوضع تحدث الرب عن الخد الآخر .

فقال : « مَن لطمك على خدك الأيمن **فحول له الآخر أيضاً » وكأنه أراد بهذا** كله أن يقول لنا :

كن مظلوماً لا ظالماً . وكن مصلوباً لا صالباً . لا تنتقم لذاتك .

إن الذات تريد أن تأخذ حقها ، وتأخذه بنفسها ، وهنا على الأرض ، وبسرعة على قدر الإمكان .

أما تعليم الرب لنا فى إنكار الذات فيقول لنا فيه :

« لا تقاوموا الشر » (مت ٥ : ٣٩) .

لا تجعل ذاتك تتدخل ، لتنال حقوقك أو لتنتقم . واذكر قول الكتاب : « لى

النقمة ، أنا أجازى ، يقول الرب » (رو ١٢ : ١٩) .

ومع أن النقمة للرب ، لا تطلب أنت منه هذه النقمة . فالكتاب يقول :

« المحبة لا تطلب ما لنفسها » (١ كو ١٣)

ولماذا لا تطلب ما لنفسها ؟ ذلك لأنها بعيدة عن الذات .

وفى نفس الوقت الذى لا تمجد فيه نفسك ، ينبغى على العكس أن تدين ذاتك .

مشكلة المشكلات ، فى كل المعاملات ، أن يعتقد الإنسان أنه على حق ! على طول الخط !

إدانة الذات

لذلك إذا أخطأ لا يعتذر ، لانه يشعر انه على حق ولم يخطىء . وإذا ساء تفاهمه مع أخيه لا يذهب ليصالحه ، لانه يأمل أن طلب الصلح لابد يأتى من الطرف الآخر ! لماذا ؟ إنها الذات .

بل حتى مع الله ، قد لا يعترف بأخطائه ، لأن ذاته تقنعه أنه لم يخطىء .

إدانة الذات تأتى من الاتضاع،والاتضاع يأتى بنكران الذات،وغير المتضع لا يدين ذاته ولا يلومها . بل دائماً يدين ويلوم الآخرين !!

وإن قلت له : لماذا تلوم الآخرين؟يلومك لأنك تقول له هذا .

الإنسان الذى لا يعكف على تمجيد ذاته وتكبيرها ، بأسلوب علمانى ، والذى يهدف باستمرار إلى تنقية ذاته من كل الأخطاء والنقائص ... تراه باستمرار يلوم نفسه ، ويفحص أخطاءه ويدين ذاته عليها ..

فى إحدى المرات زار البابا ثاوفيلس منطقة القلالى ، وسأل الأب المرشد فى الجبل عن أحسن الفضائل التى أقتنوها ، فأجابه :

[صدقنى يا أبى ، لا يوجد أفضل من أن يأتى الإنسان بالملامة على نفسه فى كل شىء ...] .

هذا هو الأسلوب الروحي الذى يسعى به الإنسان إلى تقويم ذاته : يأتي بالملامة على نفسه ، وليس على غيره وليس على الظروف المحيطة به ... وليس على الله ظاناً أنه قصّر فى معونته ..!

والذى يدين نفسه ههنا ، ينجو من الدينونة فى العالم الآخر .

لأنه بإدانته لنفسه يقترب من التوبة ، وبالتوبة يغفر له الرب خطاياه . أما الذى لا يدين ذاته ، من أجل اعتزازه بهذه الذات ، فانه يبقى فى خطاياه ، ولا يتغير إلى أفضل ، و يكون تحت الدينونة . وصدق القديس الأنبا أنطونيوس حينما قال :

[إن دنّا أنفسنا ، رضى الديان عنا] ..

[إن ذكرنا خطايانا ، ينساها لنا الله . وإن نسينا خطايانا ، يذكرها لنا الله] .

وإدانتنا لأنفسنا تساعد على المصالحة بيننا وبين الناس . يكفى أن تعتذر لإنسان وتقول له : [لك حق . أنا أخطأت فى هذا الأمر]... لكى تضع بهذا حداً لغضبه و يصطلح معك... أما إن ظللت تبرر موقفك ، فإنك ترى خصمك يشتد فى إثبات إدانتك . وما أجمل قول القديس مقاريوس الكبير فى هذا المجال :

[احكم يا أخى على نفسك ، قبل أن يحكموا عليك ..] .



الفصل الثالث



هناك حروب روحية كثيرة تحارب الإنسان فى طريقه الروحى : بعضها من داخله، وبعضها من خارجه، من الشياطين أو الظروف المحيطة. وسنتحدث اليوم عن الفراغ كأحد هذه الحروب ..

والفراغ على أنواع منها :



إن الفراغ يتعب مَن يشعر به ، وقد يقوده إلى أخطاء روحية عديدة، إذا أساء الطريقة فى ملء هذا الفراغ .

لذلك عندما خلق الله أبانا آدم ، لم يتركه فى فراغ ، بل أوجد له عملاً يعمله ..

وهكذا يقول الكتاب : « وأخذ الرب آدم ووضعه فى جنة عدن ، ليعملها ويحفظها » (تك ٢ : ١٥) . ولم يعمل آدم وحواء من أجل الرزق إذ كان وفيراً فى الجنة، بل من أجل ألاّ يوجد فراغ فى حياتهما يتعبهما. ويخيل إلىّ أن الخطية حاربتهما فى وقت فراغ ولو كانا مشغولين وقتذاك، لما وجد الشيطان فرصة للحديث وللإغراء .

وحتى الرهبان ، أصبح العمل جزءاً من حياتهم ، بشرط ألاّ يعطلهم عن روحياتهم .

عمل اليد شيء معروف فى بستان الرهبان .. ومازال موجوداً حتى الآن لأن الراهب حينما يبدأ حياته الرهبانية لا تكون له القدرة على قضاء الوقت كله فى الصلاة . فخوفاً من أن يقع فى فراغ يتلف حياته ، يعطيه الدير عملاً ومن فائدة العمل له أيضاً أن يشترك فى خدمة الدير ومحبة إخوته ، وأن يكتشف أخطاءه أثناء تعامله مع الآخرين و يعالجها ..

إن الفراغ يسبب الشعور بالملل والضجر ، لذلك يهرب منه الإنسان **إلى تسلية تريحه . وقد يخطىء فى اختيار هذه التسليات .**

ربما يلجأ إلى الثرثرة مع الناس ، بطريقة تضيع وقته ، ووقت الآخرين ، وقد تتعبهم.. وقد يلجأ إلى الملاهى أو المقاهى أو النوادى ، وما أكثر ما يصادفه هناك من أخطاء ، وقد يلجأ البعض إلى مجرد المشى ـ أو ما يسميه البعض بالنزهة ـ بلا هدف .

أو قد يصب فراغه فى الآخرين فيضيع وقتهم ..

واضاعة الوقت هكذا ـ وقت الفراغ ـ هى اضاعة جزء من حياة الإنسان ، كان يمكن استغلاله فيما يفيده و يفيد غيره ..

والذى يضيع وقته ، لا شك انه لا يشعر بقيمة حياته ، وغالباً ليس أمامه هدف كبير يسعى إليه . لان الذى يضع أمامه هدفاً كبيراً ، إنما يستغل كل وقته لتحقيق هذا الهدف .. وقد يشعر أحياناً أنه محتاج إلى وقت ، ولا يجد .

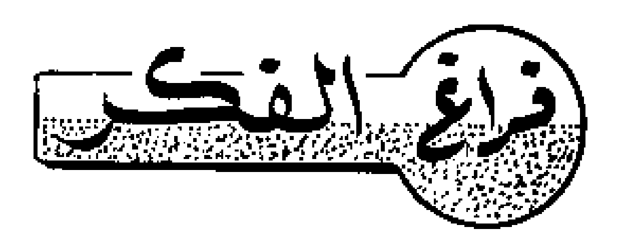
لذلك عليكم أن تملأوا فراغكم بشىء مفيد ، وكذلك فراغ أولادكم .

ربما تتضايقون أحياناً من الضوضاء التى يحدثها الأطفال ، وتشبعونهم توبيخاً ولوماً وانتهاراً ودروساً فى الاخلاق ، وتكثر أوامركم ونواهيكم ، وعقوباتكم وتهديداتكم لهؤلاء الأطفال . وغالباً ما يكون سبب إشكالاتهم كلها هو الفراغ ، ولو إنكم استطعتم أن توجدوا لهم طريقة سليمة يملأون بها هذا الفراغ لاسترحتم واسترحوا من هذا كله .. فكروا إذن فى شغل وقت الفراغ عند أولادكم بما ينفعهم و يريحكم ..

وهنا نسأل : كيف تقضون وقت فراغكم ؟ وهل الطريقة سليمة ؟ وهل هى نافعة ؟

أتستغل هذا الوقت من أجل نموك الروحى ، أو الفكرى ، أو فى خدمة الآخرين أو فى أية تسلية غير ضارة ، أو عمل محبة نحو الناس وافتقادهم ؟ أم وقت فراغك هو وقت ضائع ، ربما تقضيه إلى جوار الراديو أو التليفزيون الذى أحياناً لا يأخذ وقت فراغك فقط وإنما يطغى على وقتك كله حتى اللازم لمسئولياتك أيضاً ؟ وهنا نسأل :

هل معالجتك فراغ الوقت تؤدى بك إلى فراغ فى الروح ؟



أحياناً يؤدى فراغ الوقت إلى فراغ فى الفكر ، و يبقى العقل بلا عمل . فيأتى الشيطان ليشغله أو ليشاغله . وكما قال المثل ..

عقل الكسلان معمل للشيطان ..

لذلك من الخطورة بمكان الوحدة أو الخلوة التى لا تنشغل بعمل روحى . فإذا لم يوجد فكر روحى يضبط العقل فإن يطيش فى فكر خاطىء ..

إنما مفهوم الوحدة فى معناها الروحى انها خلوة مع الله ، فهى ليست فراغاً ..

و يوجد فراغ آخر فى الفكر من جهة عدم امتلائه بالمعرفة ، ونقصد المعرفة النافعة . فالإنسان الذى لا يدأب على تثقيف نفسه بالمعلومات المفيدة له روحياً وكنسياً بالاضافة إلى المعلومات الثقافية العامة اللازمة له ، فإن مثل هذا الإنسان يوجد نفسه فى فراغ فكرى بحيث إذا تحدث مع غيره ، لا ينطق بشىء له عمق أو له فائدة .

إن تعليم المرأة أمكن أن يخرجها من هذا الفراغ الذى عاشته فى عصور مظلمة . وكذلك تعليم الريفيين أخرجهم أيضاً من الفراغ الفكرى ..

وإن خدمة الكلمة لازمة جداً لاخراج الناس من الفراغ الفكرى ، إلاّ إذا كان ما يقدم لهم هو فراغ أيضاً .

وهذا يقع فيه الخدام الذين لا يهتمون بتحضير دروسهم وعظاتهم ، فلا يقدمون للسامعين شيئاً يفيدهم ، ومثلهم الذين يقدمون معلومات معروفة متكررة لا عمق فيها

ولا جديد ولا تأثير. إنه فراغ ، ومثال هؤلاء أيضاً الذين يقدمون فكراً لا روح فيه،مجرد معارف ومعلومات ، لا تتصل بالقلب فى شيء،تشعر الروح فيها أنها فراغ .. وهذا يقودنا إلى نقطة أخرى هى الفراغ الروحى .



خلق الله الروح فى الإنسان الأول على صورة الله ومثاله .. لذلك فان الروح لا يمكن أن يملأها إلاّ الله وحده .

الروح التى تحيا بعيدة عن محبة الله تعيش فى فراغ ، مهما كانت ألوان العواطف المقدمة لها. كلها لا تشبعها.

وربما يوجد أشخاص لهم مشغوليات كثيرة تملأ كل وقتهم . ولهم مشروعات ضخمة يقومون بها ، ومسئوليات خطيرة ملقاة على عواتقهم . وقد تكون لهم معلومات واسعة جداً ، ولهم دراسات عميقة ، ومع ذلك يعيشون فى فراغ روحى . وكل ما يقومون به من عمل لا يشبع مطلقاً الروح التى فيهم التى هى على صورة الله وشبهه ..

قد يتعب هؤلاء فى حياتهم من أجل أهداف متعددة يحققون بعضها ..

ولكن تبقى فى قلوبهم رغبة لم تتحقق بعد ، تشعرهم باستمرار بفراغ أرواحهم وهذه الرغبة لا تحققها إلاّ الصلة العميقة بالله ، والثبات فى محبته .

وهؤلاء إن انطلقت أرواحهم من الجسد ، وان بعدت عن المادة ، ستشعر تماماً بكل يقين كم هى فارغة . وكل أمور العالم التى عاشت فيها لم تسد شيئاً من هذا الفراغ ، لذلك من الآن ، ونحن فى هذا العالم ، يرن فى آذاننا قول الرسول :

« امتلئوا بالروح » (أف ٥ - ١٨) .

إنه لا ينفعك بشيء أن تملأ حياتك بأمور كثيرة ، دون أن تملأ قلبك بالله .

ما أسهل أن يتحول الإنسان إلى ماكينة دائمة الدوران ، بلا روح ، ولكن تعمل بكل نشاط وقوة.. الوقت مملوء بمشغوليات ، ولكن لا روح فيها . وعلى الرغم من العمل

الكثير، ينظر الله إلى مثل هذا الإنسان فيجده فارغاً .

فيقول له نفس العبارة التي قيلت لراعي كنيسة لاوديكية : « لانك تقول إنى أنا غنى وقد استغنيت ، ولا حاجة لى إلى شيء.. ولست تعلم أنك الشقى والبائس وفقير وأعمى وعريان» (رؤ ٣ : ١٧) .

لذلك املأوا أرواحكم بمحبة الله ومعرفته ، لأن أرواحكم تشعر بفراغ إن بعدت عن الله ومحبته ومعرفته .

ولا يكفى أن تذوقوا ما أطيب الرب ، إنما يجب أن تمتلئوا به .

وإن امتلأتم يمكنكم أن تفيضوا على الآخرين. الحب الذى فيكم يملأ قلوبهم حباً. والسلام الذى فيكم يملأ حياتهم سلاماً. والروح الذى يعيشون به يقودهم إلى السلوك بالروح .

ما أجمل - بعد عمر طويل - حينما تصعد أرواحكم إلى الله ، تصعد وهى ممتلئة حباً وفرحاً وسلاماً وإيماناً ، مع كل ثمار الروح الأخرى «غل ٥ : ٢٢) ..

املأوا أرواحكم بالغذاءالروحى ، لكى تمتلىء أرواحكم من ثمار الروح .

كالشجرة التى تقدم لها ما تحتاجه من الماء والسماد ، فتقدم لك ما تحتاجه أنت من زهر وثمر..

أتشعر أن روحك فى فراغ ، املأها إذن من كل وسائط النعمة . قدم لها ما تحتاجه من القراءات الروحية العميقة وفى مقدمتها كلمة الله . قدم لها ما تحتاجه من تأملات وصلوات وتسابيح ومزامير وأغانى روحية (أف ٥ : ١٩) .

ولا تترك روحك فارغة ، ولا معوزة شيئاً من أعمال النعمة .

الروح القوية تكوّن شخصية قوية . والروح الفارغة تنتج شخصية فارغة

وهذا يجعلنا نتحدث عن نقطة أخرى فى الفراغ هى فراغ الشخصية .



ما أصعب أن يشعر الإنسان أن شخصيته فارغة ، لا قيمة لها في المجتمع الذي يعيش فيه ، ولا ثمر لها ، ولا تأثير !

بل حتى قد يشعر الإنسان بهذا الشعور فيما بينه وبين نفسه . وقد يقع بهذا السبب في صغر النفس . إذ يرى أنه عمق له ، ولا فكر ، ولا معلومات ، ولا شخصية ولا قوة !

وقد يصاب بعقدة النقص ، فيحاول أن يملأ نقصه بنقص آخر .

وبدلاً من أن يملأ فراغ شخصيته يضيف إليها فراغاً آخر يحاول به أن يغطي فراغه ، بلا جدوى ...

وما مظاهر هذا العلاج الخاطئ :

إما أن هذا الإنسان يعيش في الخيال وليس في الواقع . ويحاول أن يرضي نفسه بأحلام اليقظة حتى لا تشعر بفراغها . ولكن هذه الأحلام لا تنفعه .

لأنه يفيق من أحلام اليقظة على واقع مؤلم ، لا تغيره الأحلام !

وقد يحاول آخر أن يعالج شعوره بالفراغ ، بالثرثرة وكثيرة الأحاديث ، كما لو كان الكلام يوجد له شخصيته . وربما يسأم الناس من كلامه ويرونه فراغاً .

وقد يحاول التغطية على فراغ شخصيته بمدح ذاته أمام الناس .

فيشرح الأعمال " العظيمة " التي قام بها ! أو ينسب أعمال غيره إلى نفسه !! أو يحطم غيره انتقاداً وتشهيراً ، لكي يبدو هو في قمة المعرفة وخارج دائرة النقد ! أو يقاوم العاملين لأنه يتضايق من كونهم يعملون وهو لا يعمل أو يجلس في عظمة ، ويغطي فراغه بالغني والاناقة ومظاهر الكبرياء وصوتاً !

ومثال ذلك أيضاً المرأة التي تغطي على فراغ شخصيتها بالزينة والتجميل والتحلي بالذهب والأحجار الكريمة ، بينما يقول المزمور :

" كل مجد ابنه الملك من داخل " (مز٤٥) .

«كل مجد ابنة الملك من داخل» (مز ٤٥) .

ليت المجتمع يستطيع أن يعالج أمثال هؤلاء الذين يشعرون بفراغ فى الشخصية ، بأن يوجد لهم ما يشغلهم و يستغل طاقاتهم المعطلة ، إن كانت لهم طاقات يمكن الاستفادة بها .

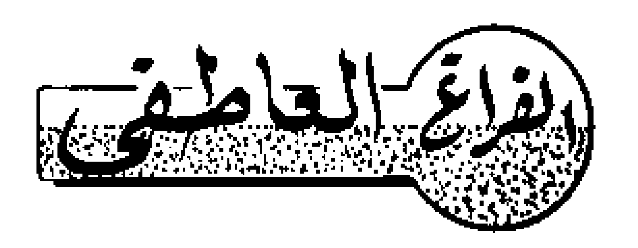
و يا ليت كل إنسان يكتشف طاقاته ، ويحاول أن يستغلها للخير . والذى يشعر بفراغ شخصيته ، عليه أن يملأها ، بدلاً من محاولة تغطيتها بطرق خاطئة .

وعلى كل إنسان أن يسأل نفسه كل يوم : ما هو الشيء المفيد الذى فعله فى هذا اليوم؟ ويجاهد لكى يعمل عملاً ، ليس من أجل أن يشعر بالامتلاء ، إنما حباً فى الخير، وحباً للناس . حينئذ سيمتلىء دون أن يسعى إلى ذلك .

وليت كل إنسان يكون له هدف كبير يسعى إليه ، و يبذل كل طاقاته لتحقيقه وكلما كان هذا الهدف روحياً ونافعاً ، فإن العمل لأجله ينقذ صاحبه من الشعور بالفراغ .

وهكذا يكون الطموح علاجاً للشعور بالفراغ ، على أن يكون طموحاً سليماً ، وبعيداً عن الغرور والذاتية .

ننتقل إلى نقطة أخرى فى موضوع الفراغ وهى الفراغ العاطفى .



وهذا الفراغ على نوعين :

أحدهما حالة إنسان يشعر أن له قلباً كبيراً ولا يجد مَن يملأ قلبه.

يريد أن يوزع محبته ، ولا يعرف أين ؟ فيشعر بفراغ فى قلبه من جهة الاعطاء . وهذه حالة سهلة فى علاجها .

فلو أمكن لهذا الإنسان أن يوزع محبته فى مجالات الخدمة ، لشعر بالسعادة بلا شك : إن خدمة الأطفال تشبع القلب . وكذلك خدمة اليتامى ، والمعوزين ، والفقراء ،

والمعوقين ، والمرضى ، وكل مَن هو فى حاجة ، وحل مشاكل الناس ..

ولكن حذار لأصحاب هذا الفراغ العاطفى من الانحراف !

والنوع الثانى من الشاعرين بالفراغ العاطفى ، هم الذين يشعرون أنهم فى حاجة إلى مَن يحبهم ولا يجدونه .

ومثال ذلك ابنة تعيش فى بيت بعيد عن الحب : مع أب حازم جداً وشديد فى معاملته ، كثير التوبيخ ، كثير العقاب . وإلى جواره أم قاسية لا تجد الابنة منها حناناً على الاطلاق ...

ما أكثر ما تنحرف البنات اللائى لا يجدن حباً وحناناً من الوالدين والأسرة !

ربما - وهى فى هذه الحالة النفسية - تجد مَن يقدم لها هذا الحب بطريقة مخالفة أو بطريقة خاطئة ، فتقبل ذلك ، بل وتقبل عليه ، لأنها فى حاجة إلى قلب ، أى قلب .

ونحن إذ ننصح الآباء والأمهات بمحبة أبنائهم وبناتهم حماية لهم من الانحراف ، إنما فى نفس الوقت نحث الأبناء والبنات بالبحث عن الحب بطريقة سليمة طاهرة .

ولابد سيجدون هذا فى محبة الله وملكوته ، وفى الصداقات البريئة الطاهرة . وأيضاً فى محيط الخدمة . وكذلك فى العطاء .

فالذى يعطى حباً وحناناً مقدساً لغيره ، يأخذ فى نفس الوقت من الحب والحنان أكثر مما يعطى ..

المهم أن القلب يمتلىء بالعاطفة ، سواء معطياً أم آخذاً . وحالة الاعطاء هى فى نفس الوقت حالة أخذ .

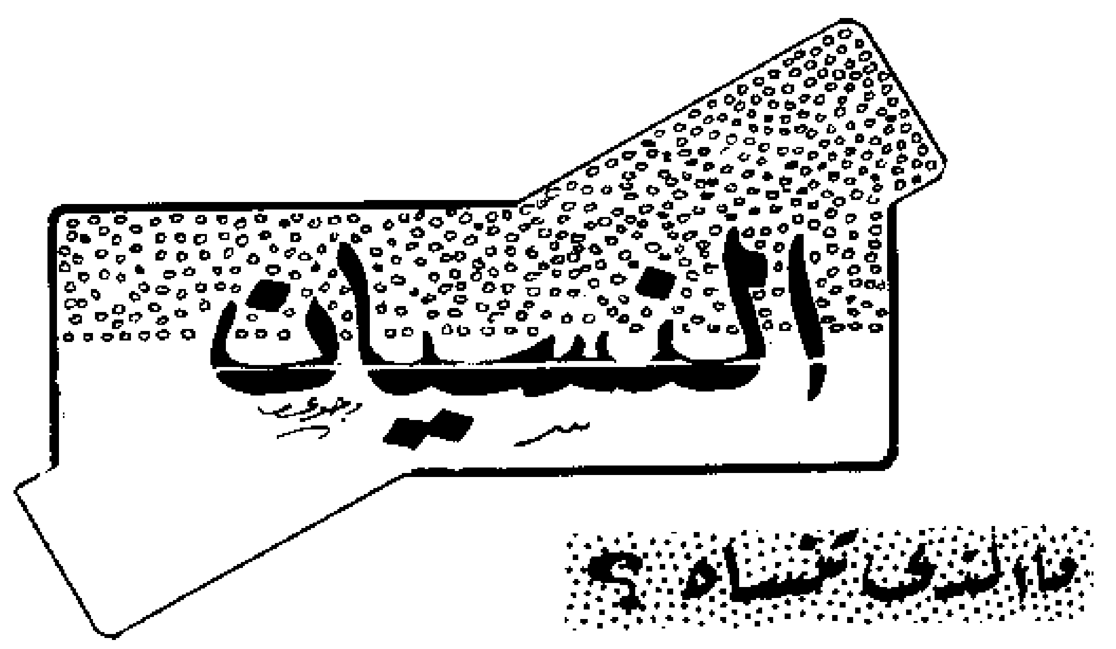
إن داود النبى وجد فى صداقة يوناثان محبة أعجب من محبة النساء (٢صم ١ : ٢٦) و يوحنا الحبيب وجد فى محبة الرب أعظم محبة فى الوجود .

والذين عاشوا فى الرهبنة والبتولية ، وجدوا فى محبة الله ما أنساهم الكون كله وما فيه . وما أجمل قول الشيخ الروحانى :

[محبة الله غربتنى عن البشر والبشريات] .

و بعد . اترانا قلنا كل ما يجب أن نقوله عن الفراغ ؟ لا شك هناك أمور أخرى باقية .

الفصل الرابع



قال أحد القديسين : كل خطية ، يسبقها إما الشهوة أو الغفلة أو النسيان .

وأريد اليوم أن أكلمكم عن النسيان باعتباره حرباً روحية تؤدى إلى السقوط .

ففي وقت الخطية ، نكون ناسين الله ، وناسين الوصية ، وناسين حياتنا الروحية كلها ، بل أيضاً ناسين الموت والابدية ، وناسين أرواح الملائكة وأرواح القديسين التى تبصرنا ونحن فى ذات الفعل !!

ولو أن الإنسان تذكر كل هذا ، ما كان يخطىء ، أو على الأقل كان يؤجل ، أو أنه كان يخجل أو يخاف ، و يبتعد ...

فى الواقع ان الإنسان فى ساعة الخطية ، لا يكون شيء من هذا كله فى ذاكرته .

يخدره الشيطان تخديراً كاملاً لكي ينسى . أو تخدره الشهوة أو الانفعال .

ينسى أو يتناسى ، ولا يحب أن يذكره أحد بالله والوصيةوالابدية ، بل ينسى أيضاً الأيام المقدسة ، إن كان ذلك فى صوم أو فى عيد ... و ينسى المواضع المقدسة ، و ينسى انه هيكل الله ، وروح الله ساكن فيه ، و ينسى دم المسيح الذى سُفك من أجله ، و ينسى وعوده وعهوده لله .

وما هو الوعظ ، سوى أن الواعظ يذكر الناس بكل هذا . حتى يبعدهم التذكر عن جو الخطية ، خوفاً وخجلاً واستحياء ، وسمواً بأنفسهم عن السقوط ..



ولإن الله يعرف أضرار النسيان ، ويريد انقاذنا ، لذلك وضع أشياء عديدة ، بها نصحو ونفيق . فما هى هذه الأمور ، التى يعالج الله بها نسياننا ...؟

كان الله قد وضع فى داخلنا الضمير لكى يذكرنا بطريق البر .

إنه يسمى الشريعة الطبيعية ، التى بها كتب الله شريعته على قلوبنا .

فيوسف الصديق مثلاً ، حينما قال : « كيف أفعل هذا الشر العظيم ، وأخطىء إلى الله ! » (تك ٣٩ : ٩) لم تكن أمام يوسف وصية مكتوبة ، وإنما كانت فى داخله الشريعة غير المكتوبة ، الشريعة الطبيعية التى تذكره بأن هذه خطية ...

ولما بدأ البشر ينسون الشريعة الطبيعية ، أعطاهم الله على يد موسى النبى أول شريعة مكتوبة ...

وأمرنا الله أن نضع هذه الشريعة أمامنا فى كل حين ، حتى لا ننسى .

فقال : « لتكن هذه الكلمات التى أنا أوصيك بها اليوم على قلبك . وقصها على أولادك ، وتكلم بها حين تجلس فى بيتك ، وحين تمشى فى الطريق ، وحين تنام وحين تقوم . واربطها علامة على يدك . ولتكن عصائب بين عينيك . وأكتبها على قوائم أبواب بيتك وعلى أبوابك » (تث ٦ : ٦-٩) .

كل ذلك لكى لا ننسى الوصية وأمرنا أن نلهج بها نهاراً وليلاً .

وهكذا قال داود النبى : « لو لم تكن شريعتك هى تلاوتى ، لهلكت حينئذ فى مذلتى » (مز ١١٩) .

وقال عن الرجل البار فى المزمور الأول : « فى ناموس الرب مسرته ، وفى ناموسه يلهج نهاراً وليلاً ، فيكون كشجرة مغروسة على مجارى المياه » (مز ١ : ٢ ، ٣) .

وقال الرب ليشوع بن نون :

« لا يبرح سفر هذه الشريعة من فمك . بل تلهج فيه نهاراً وليلاً ، لكى تتحفظ للعمل حسب كل ما هو مكتوب فيه » (يش ١ : ٨) .

ولما رأى الله أن أسفار الشريعة الخمسة قد كثرت على الناس ، ساعدهم على تذكرها بأن لخصها لهم فى سفر واحد هو سفر التثنية ، أو تثنية الاشتراع .

وسفر التثنية هذا ، كان يأخذه كل ملك ، تدون له نسخة لكى يقرأها باستمرار حتى لا ينسى ويخطىء .

وهذه الوصايا كانت توزع للقراءة على الناس فى الهيكل والمجامع على مدار السنة حتى لا ينسوها .

ومازالت الوصايا موزعة علينا نسمعها فى الكنائس فى كل قداس وكل صلاة طقسية ، حتى لا ننسى .

ففى كل قداس نستمع إلى قراءات من الإنجيل ومن الرسائل ومن المزامير وفى الصوم الكبير وفى أسبوع البصخة تتلى علينا فصول من العهد القديم . وفى ليلة سبت النور (أبو غالمسيس) يقرأ علينا سفر الرؤيا وكل تسابيح وصلوات الأنبياء . كل ذلك لكى لا ننسى .

ولكى لا ينسى البشر أرسل الله لهم الأنبياء والرسل . بل أرسل لهم الروح القدس قائلاً : « يذكركم بكل ما قلته لكم » (يو ١٤ : ٢٦) .

ولنفس الغرض أرسل الله الرعاة والوعاظ والمعلمين وكل رتب الكهنوت ، لكى يذكروا الناس بكلمة الله حتى لا ينسوها . وسماهم « خدام الكلمة » وقال القديس بولس الرسول عن ذلك : « كأن الله يعظ بنا » (٢ كو ٥ : ٢٠) .

وما أجمل قول مار أوغريس :

كل فكر يحاربك ، ضع أمامك وصية ، حينئذ يضعف وتنتصر عليه .

إنك بهذا تأخذ قوة من الوصية ، وتأخذ معرفة واستنارة ، فتميز فكر المحاربة وتطرده . وهذا القديس بولس الرسول يعزينا قائلاً :

« كلمة الله حية وفعالة ، وأمضى من كل سيف ذى حدين » (عب ٤ : ١٢) .

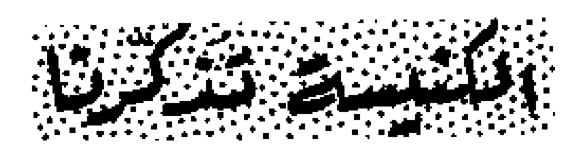
ولكى لا ننسى أعطانا الرب وسيلة أخرى هى المواسم والأعياد .

فمثلاً لكى لا ننسى صلبه من أجلنا ، مع ما يقدمه هذا الصلب من مشاعر مقدسة... وضعت لنا الكنيسة أسبوع الآلام كتذكار سنوى . ووضعت لنا صوم الأربعاء والجمعة كتذكار اسبوعى ، ووضعت لنا صلاة الساعة السادسة من النهار كتذكار يومى .

كل ذلك حتى لا ننسى الدم الطاهر الذى سُفك لأجلنا ، فنستحى من الخطية .

ولذلك فان الذى لا يصوم ، يمكن أن ينسى . أو الذى يصوم بغير فهم ولا عمق ، يمكن أن ينسى . والذى لا يصلى صلوات الساعات ، يمكن أن ينسى .

وهكذا ما أسهل أن يسقط مَن لا يمارس هذه الوسائط الروحية .



كل احتفالات الكنيسة بالمواسم والأعياد ، تذكرنا بحقائق إيمانية نافعة لنا ، وتهبنا مشاعر روحية تمنعنا من الخطية .

ونفس الوضع بالنسبة إلى الأصوام ، وكذلك كل طقوس الكنيسة وصلواتها ، وكل ما فيها من أنوار وأيقونات وبخور .

ولهذا كانت الأصوام أياماً روحية تمنع عنا حروباً كثيرة . وعلى الأقل تذكرنا بأن الروح يجب أن تنتصر على رغبات الجسد ، ليس فى الأكل فقط ، بل فى كل شىء .

والأيقونات تذكرنا بحياة القديسين ، وسيرتهم العطرة ، لنأخذها مثالاً .

والأنوار تذكرنا بأننا نور العالم (مت ٥ : ١٤) . والشموع تذكرنا بأن نبذل أنفسنا لننير للآخرين .

بل الأنوار تذكرنا أيضاً بالملائكة . وبأن الكنيسة كالسماء ، وبأننا نضىء كالكواكب فى السماء ، وتذكرنا الأنوار بكلمة الرب التى هى مضيئة تنير العينين (مز ١٩) والتى قال عنها داود النبى : «مصباح لرجلى كلامك ، ونورٌ لسبيلى» (مز ١١٩ : ١٠٥) .

وصلاة القداس نفسها ، تذكرنا بحياة الرب كلها وبموته عنا وبمجيئه الثانى ليدين العالم ...

وتذكرنا بأن ننتظره إلى أن يجيء . بل تذكرنا أيضاً بالاستعداد الروحى اللازم لنا لكى نتناول من تلك السرائر الإلهية التى تهبنا الحياة ..



التذكر يساعدنا لكى لا نخطىء . وهكذا فعل الرب مع آدم وحواء ونسلهما .

كان الموت هو أجرة الخطية . وهذا الموت تخلصنا منه بالكفارة والفداء . وعلى الرغم من تمام الفداء وكفايته ، وضع الله عقوبة لآدم انه بعرق جبينه يأكل خبزه . وعقوبة لحواء انها بالوجع تحبل وتلد أولاداً (تك ٣ : ١٩ ، ١٦) .

استبقى الله هذه العقوبة بعد الفداء ، لكى نتذكر ، فنتضع ونتوب .

ويمكن لمحبة الله أن تغفر كل شيء ، ولكن العقوبة لازمة لنا ، حتى لا ننسى أن الخطية خاطئة جداً ، وحتى لا ننسى الدينونة أيضاً .

لذلك لا يليق بنا أن نتذمر بسبب العقوبة . إنما نستفيد منها روحياً .

كما أن تذكرنا لخطايانا يفيدنا أيضاً .. وهكذا قال داود النبى : « خطيتى أمامى فى كل حين » (مز ٥٠) .

نتذكر خطايانا ، لكى نندم عليها ، ولكى ننسحق بسببها ، ولا نرتفع مهما وصلنا إلى مستوى روحى بعد التوبة ..

وهكذا قال القديس بولس الرسول حتى بعد أن صعد إلى السماء الثالثة لم ينس انه اضطهد الكنيسة فقال : « أنا الذى لست أهلاً لأن أدعى رسولاً لانى اضطهدت كنيسة الله » (١ كو ١٥ : ٩) .

ولماذا أيضاً لا ننسى خطايانا ؟

لا ننساها ، لكى نشفق على الساقطين (عب ١٣ : ٣) . وأيضاً لكى نحترس فلا نقع فى الخطية مرة أخرى.. كذلك نذكرها لكى يغفرها لنا الله .

وفى ذلك قال القديس أنطونيوس الكبير : [إن نسينا خطايانا ، يذكرها لنا الله . وإن ذكرنا خطايانا ، ينساها لنا الله] .

لا تقل إذن : مادام الله قد غفر لى خطاياى ، فلأنسها ، إنها محيت !!

إنك لست أفضل من داود النبى ، ولست أفضل من بولس الرسول . وكل منهما ذكر خطاياه بعد مغفرتها له .

وكما لا تنسى خطاياك ، لا تنس إحسانات الله إليك . لان نسيانك إحسانات الله ، يفقدك فضيلة الشكر ، ويقلل محبتك لله .

وهذان الأمران لهما خطورة كبيرة على حياتك الروحية ..

أمر الرب الشعب أن يقيموا تذكاراً لكى لا ينسوا عبور الأردن (يش ٤ : ٩) وعبور البحر الأحمر لاننساه فى التسبحة،والمن وضع تذكاره فى تابوت العهد،وكذلك عصا هارون التى أفرخت .

أذكر احسانات الله ، واذكر معها وعودك لله ونذورك ، فهذا نافع لروحياتك .

أذكر كل ما وعدت الرب به فى ضيقاتك ، وفى خطاياك التى سترها .. واذكر ما وعدت الله به فى كل اعتراف وتناول ، واخجل من موقفك بعد كل ذلك .

إن القديسين لم ينسوا مطلقاً كل ما فعله الرب معهم من احسانات .

إذا وضعت محبة ربنا أمامك .. تشتعل محبته فى قلبك ..

الكنيسة وضعت لنا صلاة الشكر فى مقدمة كل صلاة ، لكى لا ننسى احسانات الله . أضف إليها فى ذاكرتك تفاصيل من عندك . وهكذا تحب الله ، وتخجل من محبته لك ، فلا تخطىء .

كذلك لا تنسى وعود الله وعنايته ، حتى لا تقع فى الخوف أو فى القلق .

كلما تحيط بك ضيقة . تذكر أبوة الله لك ، وحفظه ورعايته ، وقوله : « لا أهملك ولا أتركك - لا يقف إنسان فى وجهك كل أيام حياتك » (يش ١ : ٥) « أنا معك . لا يقع بك أحد ليؤذيك » (أع ١٨ : ٩) .

« يسقط عن يسارك ألوف ، وعن يمينك ربوات . وأما أنت فلا يقتربون إليك » (مز ٩١ : ٧) .

إن الذى يخاف ويقلق . هو بلا شك إنسان ينسى محبة الله ووعوده .

وحتى إن نسى ، عليه أن يقول للرب كما قال داود النبى : « اذكر لى يارب كلامك الذى جعلتنى عليه أتكل . هذا الذى عزانى فى مذلتى » (مز ١١٩) .

هذا كله يحميك أيضاً من حروب الشك وقت التجربة .

لذلك أحفظ الآيات التى تمنحك الرجاء والثقة فى عمل الله من أجلك ، وتمنحك أيضاً عمقاً فى الإيمان . ضعها فى ذهنك باستمرار . رددها كثيراً لكى لا تنساها ، ولكى تطمئن وتفرح بالرب .

هناك أمر هام آخر يجب ألاّ ننساه مطلقاً وهو :

أذكر غربتك على الأرض

فى هذا الأمر كان داود النبى يتأمل باستمرار قائلاً فى صلواته : « غريب أنا على الأرض ، فلا تخف عنى وصاياك » (مز ١١٩) ، « أنا غريب عندك ، نزيل مثل جميع آبائى » (مز ٣٩ : ١٢) .

والشعور بالغربة - كان يذكر داود أيضاً بالموت .. فتنفعه الذكرى .

لذلك هو يقول : « عرفنى يارب نهايتى ، ومقدار أيامى كم هى ، فأعلم كيف أنا زائل » (مز ٣٩ : ٤) .

وليس داود النبى فقط ، بل جميع الآباء أيضاً ، قال عنهم القديس بولس الرسول : « أقروا أنهم غرباء ونزلاء على الأرض » ولذلك كانوا « يبتغون وطناً أفضل أى سماوياً » (عب ١١ : ١٣ ، ١٦) .

إن تذكر الإنسان للابدية ، يمنعه عن الخطية . كل الآباء النساك كانوا يذكرون الموت .

نقطة أخيرة هى : اذكر ضعفك ..



حينما تفتكر ضعفك ، ستبتعد عن مجالات الخطية وعن كل العثرات .. وأيضاً ستحترس وتدقق فى حياتك . وبهذا تنجح فى حروبك الروحية .

إن الذين اغتروا بأنفسهم سقطوا .

وقد قيل عن الخطية إنها « طرحت كثيرين جرحى ، وكل قتلاها أقوياء » (أم ٧ : ٢٦) .

أما الذى يشعر بضعفه ، فإنه يتضع والاتضاع سلاح قوى تخافه الشياطين . والذى يتضع يصلى طالباً معونة الله ، والصلاة سلاح يجعله ينتصر .

إن عرفت هذا كله ، قاوم النسيان الضار . واستغل نسيانك فيما يفيد .

كأن تنسى إساءات الناس إليك ، وتنسى الأعمال الطيبة التى عملتها ، وتنسى أمور العالم الباطل ، وتنسى كل المخاوف التى يخوفك بها العدو .



ولعل البعض يسأل - من جهة التذكر والنسيان - هل أنا مطالب بأن أضع خطيتى أمامى فى كل حين (مز ٥٠) ، إذا كنت حينما أتذكر خطاياى ، أعود فأسقط فيها مرة أخرى ؟

وطبعاً ليس المقصود بتذكر الخطايا ، أن يتذكر الإنسان التفاصيل المعثرة التى تتعبه وتسقطه . على أننى بمشيئة الرب سأجيب على هذا السؤال بالتفصيل فى الباب الخاص بحروب الفكر (انظر ص ١٠٨) .

الفصل الخامس



• الشك واضــراره •

الشك هو حالة من عدم الإيمان ، ومن عدم الثبات . ولذلك قال الرب لبطرس : «يا قليل الإيمان، لماذا شككت ؟» (متى ١٤ : ٣١). إنها مرحلة زعزعة، وعدم وضوح للرؤية. والشك أيضاً حالة من عدم التصديق ...

الشك جحيم للفكر وللقلب معاً ..

قد يكون دخوله سهلاً . ولكن خروجه صعب جداً . وقد يترك أثراً مخفياً ما يلبث أن يظهر بعد حين .

الشك يجعل الإنسان يفقد سلامه ، و يفقد طمأنينته .

والمعجزات قد لا تحدث بسبب الشك بينما تحدث للبسطاء الذين يصدقون .

وإذا استمر الشك يتحول إلى مرض وإلى عقد لها نتائجها .. ..

وهذا الشك قد يتلف الأعصاب ، وقد يدعو إلى الحيرة وكثرة التفكير، ويمنع النوم.. ومن نتائجه أيضاً التردد والخجل ، وعدم القدرة على البت فى الأمور..

والشك على أنواع كثيرة ...

• أنــواع الشك •

منها الشك فى الدين والله والعقيدة . والشك فى الناس ، وفى الأصدقاء، بل الشك

فى النفس أيضاً. والشك فى الفضائل، وفى إمكانية التوبة أو فى قبولها، والشك فى الخدمة وفى طريق الحياة.

١ ـ الشك فى الله :

كأن يشك الشخص فى وجود الله . وهذه حرب فكرية مصدرها الشيطان، تأتى فى سن معينة، وهى دخيلة على الإنسان.

وقد يكون سببها الكتب وأفكار الملحدين أو معاشرتهم، والمناقشة فى أمور أعلى من مستوى الإنسان. وقد تأتى من بحوث منحرفة فى الفلسفة أو فى العلوم أو فى تاريخ الكون ونشأته. وقد يثيرها أشخاص على مبدأ [خالف تعرف]..

وقد لا يكون الشك فى وجود الله، وإنما فى معونته وحفظه، وفى محبته وفى صدق مواعيده، وفى جدوى الصلاة..

إن رفقة لما شكت فى مواعيد الله من جهة مباركة يعقوب، لجأت إلى طريقة بشرية خاطئة فيها خداع لإسحق. (تك ٢٧).

وإبراهيم أبو الآباء لما شك فى وعود الله من جهة نسل كنجوم السماء ورمل البحر، لجأ هو أيضاً إلى طرق بشرية... (تك ١٦).

٢ ـ الشك فى العقيدة :

وقد يأتى من تأثير الطوائف الأخرى بحضور اجتماعاتهم، أو قراءة كتبهم ونبذاتهم، وبخاصة لمَن ليس له أساس راسخ فى العقيدة... كمَن يحضر اجتماعات السبتيين أو يستقبل مبشرين من شهود يهوه، أو يتأثر بكتابات أو عظات غير أورثوذكسية.. فيبدأ الشك يدخل إلى قلبه وفكره...

والمفروض أن يكون الإنسان ثابتاً فى عقيدته. وما أجمل قول الرسول:

« مستعدين كل حين، لمجاوبة كل مَن يسألكم عن سر الرجاء الذى فيكم » (١بط ٣: ١٥).

وهكذا يكون الإنسان فى عقيدته مبنياً على الصخر ، وقد يحاول البعض أن يقنعك بأن دراسة العقيدة جفاف بعيد عن الروحانية ، لكى لا تدرس ثم تقع فى الشك إذا حوربت بسؤال صعب . أما أنت فاقرأ الكتب الروحية ، وادرس الكتب العقيدية واللاهوتية أيضاً ...

٣ ـ الشك فى الأصدقاء :

هذا الشك سببه قلة الثقة ، أو قلة المحبة . لإن الإنسان إذا أحب شخصاً محبة حقيقية ، يثق فيه ، وبالتالى لا يشك ..

والعلاج هو العتاب ، بجو من الصراحة والمواجهة ، وفى محبة ...

وكذلك عدم التأثر بالسماعات والوشايات ، وعدم تصديق كل ما يُقال .. لأنه كثيراً ما يكون الاتهام مبنياً على ظلم ، مهما كانت تبدو الدلالات واضحة ...! ولا يصح أن تحكم على أحد حكماً سريعاً ، وبدون الاستماع إليه ..

٤ ـ الشك فى الناس :

ربما خطأ فردى ، تطبقه على الكل .. خطأ فرد فى جماعة ، يطبق على كل الجماعة ! أو سقطة فرد فى أسرة ، تجلب الشك فى كل الأسرة ، وربما يكون بعض أفرادها صالحين جداً ... بل قد يتمادى الشك حتى يشمل شعباً بأكمله أو بلداً بأكمله ...

٥ ـ الشك فى الفضائل :

كأن يشككك شخص قائلاً : ما لزوم الصوم ؟ وهل الفضيلة الجسدية لها قيمة ؟ وما معنى الحرمان ؟ وما لزوم العفة ؟! وما لزوم الصلاة مادام الله يهتم بنا دون أن نصلى ؟!

وقد يتمادى ليقول لك : ما لزوم الفضائل ؟! انها أعمال . أو ناموس !! والإنسان لا يتبرر بالناموس !!

أو قد يقول لك : خذ راحتك ! مادمت مؤمناً ، فلن تهلك ! حتى إن سقطت سبع مرات فلابد ستقوم !

وقد يأتى الشك فى المبادىء والقيم .

الشك فى ما هو الحلال وما هو الحرام ؟

الشك فى المخترعات الحديثة كالتليفزيون والراديو والسينما والموسيقى ، وهل هى حرام أم حلال ؟ والشك فى أشياء كثيرة جديدة على المجتمع ، مثل تحديد النسل ، وأطفال الأنابيب ... إلخ .

والأمر يتوقف على الروح وليس الحرف . وكذلك على الفهم والدراسة .

فالسنيما حسب نوعية استخدامها ، تكون حراماً أو حلالاً ، وكذلك التليفزيون والراديو والفيديو والموسيقى والتمثيل .. هل هى تستخدم للخير أم للشر ؟

٦ ـ الشك فى النفس :

أحياناً يشك الإنسان فى نفسه ، فلا تكون له ثقة فى نفسه ، ولا فى قدراته وإمكانياته ..! كالطالب يشك فى قدرته على النجاح ، أو فى كفاية الوقت له ... أو إنسان يشك فى تصرفاته ، هل هى سليمة أم خاطئة ؟ وهل هو محبوب من الناس أم مكروه .

الطفل يحدث له هذا . ولذلك نعطيه الثقة فى نفسه بالمديح وبالتشجيع .

أما التربية القاسية وكثرة التوبيخ ، فقد تولد عقدة الشك فى النفس .

حتى الكبار يحتاجون أيضاً إلى تشجيع وإلى كلمة طيبة ، وإلى رفع روحهم المعنوية ، وبخاصة إن كانوا فى حالة مرض أو ضيق ، أو فى مشكلة وضائقة ، حتى لا يدركهم اليأس . وحتى لا يقول الواحد منهم .. لا فائدة .. قد ضعت !!

وهكذا يشك فى مصيره ..

وقد يشك الإنسان فى طريقه فى الحياة ، وما الذى يناسبه ويصلح له ؟

هل حياة الزواج أم البتولية ؟ أم الرهبنة أم الخدمة أم التكريس هل يقوى على هذا الطريق أم لا ؟ وهل يثبت فيه أم يندم عليه وهل تصلح له هذه الدراسة أو هذه الوظيفة أم لا تصلح ؟

ربما تكون مجرد أسئلة ، وقد ترتفع إلى مستوى الشكوك وتتعب النفس وتحيرها .

وقد يصل فيها الشخص إلى مرحلة من التردد يعجز أن يبت فيها بقرار.

وقد يلجأ إلى الاستشارة و يستمر معه الشك ، أو يلجأ إلى القرعة و يستمر أيضاً معه الشك .

بعض الناس : المراحل المصيرية أمامهم محاطة بالشكوك ، وطريقهم غير واضح لهم ، يقفون أمامه فى تردد .

والأمر يحتاج إلى الثبات فى الهدف وفى الوسيلة ، وفى المبادىء الروحية . ويحتاج أيضاً إلى معرفة للنفس وصراحة فى مواجهتها وتحديد اتجاهاتها وامكانياتها .

أما الشك فى القدرة ، فيسنده قول القديس بولس الرسول : « أستطيع كل شىء فى المسيح الذى يقوينى » (فى ٤ : ١٣) .

٧ ـ الشك فى الخدمة :

كثيراً ما يشك الخادم فى خدمته ، هل هى ناجحة أم فاشلة ؟ وهل يستمر فيها أم ينقطع عنها ؟

وربما يكون السبب انه يهتم بالثمر السريع . فإذا لم يأت ، يشك فى خدمته .

ولعلنا نأخذ درساً من الزراعة ، إذ تحتاج البذرة إلى وقت حتى تنمو، وإلى وقت حتى تشتد وتصبح شجرة .

إن أم أوغسطينوس استمرت تصلى من أجل أوغسطينوس صلوات طويلة ، دون أن يبدو هناك ثمر. ولم تشك..

• أسباب الشك •

قد تكون أسباب الشك داخلية ، نابعة من الإنسان نفسه . وقد يكون للشك أسباب خارجية . وسنحاول أن نتأمل كل هذا ، لكيما نعرف العلاج المناسب .. ..

١ ـ قد يكون سبب الشك هو طبيعة الشخص نفسه :

كأن تكون شخصيته مهزوزة أو معقدة ، يسهل أن تقع فى الشك . أو قد يكون موسوساً ، وطريقته فى التفكير تجلب له الشك ...

وقد يكون ضيق التفكير ، ليس أمامه سوى الشك . ولو كان واسع الأفق لزال شكه .. ..

٢ ـ البساطة أو العمق :

قد يكون إنسان بسيطاً ، يصدق كل شيء ، فلا يقع فى الشك .

وربما هذا البسيط نفسه يقبل كل ما يقال له فيقع فى شكوك ، كأن يحكى له شخص عن أخطاء صديق له فى حقه ، فيصدقها و يشك فيه .

أو لبساطته يخدعه الناس من جهة عقيدة أو إيمان و يوقعونه فى شكوك .

وبنفس الوضع نرى أن الإنسان العميق التفكير قد يصل إلى النتيجتين معاً : الشك وعكسه ..

فبالعمق قد يكشف زيف الشكوك فلا يقع فيها .

وأحياناً شدة التفكير تقوده إلى لون من العقلانية يفقد فيها بساطة القلب ، ويحب أن يستوعب أسراراً لاهوتية أو روحية بعقله القاصر ، فيقع فى الشك . وهكذا ما أكثر وقوع فلاسفة فى الشكوك ...

٣ ـ الخـــــوف :

الخوف والشك يتلازمان فى كثير من الأحوال . وقد يكون أحدهما سبباً ، وقد يكون

هو النتيجة ..

فالخوف يجلب الشك . والشك يكون من نتائجه الخوف .

فبطرس الرسول حينما مشى على الماء ، ثم شك ، خاف نتيجة لشكه . ولما خاف زادت شكوكه فسقط فى الماء ، وصرخ ...

٤ ـ حروب الشياطين :

كثيراً ما يكون الشك حرباً من الشيطان . وهى حرب قديمة ، مثلما فعل الشيطان مع أبوينا الأولين ، ليجعلهما يشكان فى طبيعة الشجرة المحرمة ، وفى نتيجة الأكل منها ، وبالتالى يشكان فى وصية الله لهما ..

وقد حاول أن يحارب السيد على الجبل بالشك أيضاً فلم يفلح . وكذلك على الصليب « إن كنت ابن الله ، انزل من على الصليب » . (متى ٢٧ : ٤٠) .

وبالشك حاول الشيطان أن يثنى القديس أنطونيوس عن طريق الرهبنة .

وربما يأتى الشيطان بشكوك للإنسان فى ساعة الموت حتى يهلكه ...

إن الشيطان يعرف كل الشكوك التى مرت على العالم من آلاف السنين ، ويمكنه أن يحارب بها ...

وهو يلقى الشكوك فى كل شيء .. فى الإيمان ، وفى العلاقات مع الآخرين ، لكى يبلبل فكر الإنسان و يلقيه فى حيرة . والشكوك لا تأتى من الشيطان فقط ، وإنما ...

٥ ـ من البيئـــــة :

من الوسط المحيط . مثلما حدث لمريم المجدلية : التى رأت السيد المسيح بعد القيامة ، وكلمها ... ومع ذلك لما وجدت نفسها فى وسط كله شكوك وقد ألقى اليهود الشائعات التى ملأت المكان ، حينئذ شكت المجدلية أيضاً ! (يو ٢٠) .

وقد تأتى الشكوك أيضاً من معاشرة الشكاكين . وكما أنه بمعاشرة الواثقين والمؤمنين ، ينتقل الإيمان والثقة إليك ، كذلك بمعاشرة الشكاكين ينتقل الشك .

فابعد عن عشرة هؤلاء أو على الأقل احترس من كلامهم ولا تصدقه .

ومن المصادر التى تنقل الشك ، القراءة التى تحوى شكوكاً ، فابعد عنها . وليكن اختيارك للكتب من النوع الذى يبنيك وليس من النوع الذى يحطم فيك العقائد أو القيم !

لأن هناك كتاباً هوايتهم أن يشككوا القارىء فى المسلمات الثابتة،لكى يظهروا أنهم يفهمون ما لا يفهمه الغير!

ومن مصادر الشك أيضاً : الشائعات وكثيراً ما تكون خاطئة . لذلك لا تصدق كل ما يقال، ولا تردد هذه الشائعات أنت أيضاً، وإلاً يكون الشك قد دخل إلى نفسك .

ومن أسباب الشك أيضاً :

٦ ـ الانحصار فى سبب واحد :

ربما لا يحضر صديق حفلة تقيمها . وتكون هناك أسباب عديدة لعدم حضوره ولكنك إن حصرت التعليل فى سبب واحد تخيلت به اهماله لمشاعرك، حينئذ يدخلك الشك . كذلك فى تأخر زوج عند موعد رجوعه إلى بيته .. إن حصرت الزوجة تفكيرها فى سبب واحد، يدخلها الشك .

لذلك ـ فليكن ذهنك متسعاً وافترض أسباباً عديدة ، وحللها ، حتى لا تظلم أحداً، وحتى لا تشك فى محبيك..

والعجيب أن الذين ينحصرون فى سبب واحد ، قد يتخيرون أسوأ الأسباب التى تتعبهم وتبلبل أفكارهم.. ..

مثل أم تتأخر ابنتها عن ميعاد عودتها إلى البيت ، فتشك انه قد اصابها حادث أو أن أحداً خطفها ، أو حدث لها سوء من أى نوع . وتظل فى قلق حتى تعود .. وربما يكون قد دخلها الشك فى انها ستعود ..!

وقد يأتى الشك من سبب آخر هو :

٧ - طـول المـدة :

مثلما حدث لأبينا إبراهيم ، لما طالت المدة عليه ولم ينجب نسلاً .

ومثلما يحدث أن أناساً تطول عليهم المدة فى ضيقة أو فى مشكل ، دون حل...
وهنا نتطرق إلى سبب آخر هو:

٨ - الشك بسبب الضيقات :

مثلما حدث لجدعون الذى شك قائلاً للملاك : « إذا كان الرب معنا ، فلماذا أصابتنا كل هذه (البلايا) ؟ وأين عجائبه التى أخبرنا بها آباؤنا ؟» (قض ٦ : ١٣) .

ومثل شكوكِ الشعب فى البرية ، وكذلك أمام البحر الأحمر... (خر ١٤)

إن شدة الخطر قد تجعل الإنسان يشك . وهكذا كانت مشاعر الجيش أمام جليات الجبار، بعكس داود النبى الذى لم يشك مطلقاً ، وقال للجبار فى ثقة : «اليوم يحسبك الرب فى يدى» (١ صم ١٧ : ٤٦) .

وإذا طالت المدة فى الضيقة ، ووصل صاحبها إلى اليأس ، فقد يشك فى رحمة الله ، أو يشك فى أن هناك عملاً قد عُمِلَ له ، ويبدأ فى زيارة المشعوذين ليفكوا له هذا العمل ... !

إن الضيقات وطول المدة ، تحتاج إلى قلب قوى لا تلعب به الأفكار والشكوك .

ومن أسباب الشك أيضاً :

٩ - تعـميم الخطـأ :

كإنسانة تعيش فى بيت مملوء بالنزاع والشجار بين أبيها وأمها ، فتخاف من الزواج ، وتشك فى أنها إذا تزوجت ، لابد سيحدث لها مثل هذا . تشك فى كل زوج انه سيكون مثل أبيها فى معاملته لأمها ...!

أو كإنسان قال سراً لصديق فأذاعه . وحينئذ يشك فى جميع الأصدقاء واخلاصهم .

وربما تكون النتيجة أنه ينطوى على نفسه ، ولا يقول كلمة سر لأحد مهما كان قريباً إلى قلبه و يقول .. لعله يفعل مثل فلان !

لا شك أن كل الناس هكذا ! فيقول لك أحدهم : شعب البلد الفلانية كلهم بخلاء . أو احترس أن تتزوج أحداً من بلد كذا ... كل ذلك بسبب حادث **فردي** .. ..

١٠ ـ الشك بسبب الوهم :

فقد يتوهم شخص أن رقم ١٣ لابد أن وراءه شراً . فيدخله الشك فى كل يوم يكون تاريخه ١٣ أو مضاعفاته ، سواء من الشهر الميلادى أو العربى أو القبطى ...

و يشك ان كان رقم بيته ١٣ ، أو رقم تليفونه ، أو رقم طلبه المقدم لوظيفة ... وتكبر المسألة فى ذهنه إلى حد الوسوسة ...

و يكون من الصعب أن تخرج هذه (العقيدة) من ذهنه ...



الفصل السادس



الخوف

مقدمتان عامتان
الخوف المقدس
الخوف الطبيعي
الخوف من الموت
الخوف من الناس
الخوف من الشيطان
الخوف بلا سبب
عـــــلاج

مقدمتان هامتان

فى موضوع الخوف لا بد أن نضع أمامنا مقدمتين هامتين وهما :

١ - ليس كل خوف خطيئة أو حرباً فهناك خوف مقدس ..

٢ - لم يكن الخوف فى طبيعة الإنسان عند خلقه ، قبل خطيئة أبوينا الأولين..

فلما خلق الله آدم ، كان يعيش مع الوحوش ولا يخاف . وكانت علاقته مع الله أيضاً خالية من الخوف .

ولكنه بعد الخطيئة بدأ يخاف . ومن فرط خوفه أختبأ وراء الأشجار. وقال لله : « سمعت صوتك فى الجنة فخشيت » (تك ٣ : ١٠) .

وزاد مرض الخوف بعد قتل قايين لأخيه : وتحول إلى رعب .

وهكذا قال قايين لله : « انك قد طردتنى اليوم من وجه الأرض ، ومن وجهك أختفى ، وأكون تائهاً وهارباً فى الأرض فيكون كل مَن وجدنى يقتلنى » (تك ٤ : ١٤) .

ومن ذلك الحين ، أصبح الخوف أحد الأمراض النفسية ، ودخل فى طبيعة الإنسان .

وتعددت أسباب الخوف ، وتعددت نتائجه . وصار إحدى الحروب الروحية التى يحارب بها الشيطان الإنسان .

وأصبحت هناك درجات من الخوف ، الخشية والجبن والفزع ، والهلع ، والرعب .

بل يمكن أن يموت الإنسان من شدة الخوف ، ويمكن أيضاً أن يفقد عقله ، أو تنهار أعصابه و يرتعش جسمه خوفاً ..

الخوف المقدس

وتدخل فيه عبارة « **رأس الحكمة مخافة الله** » (مز ١١١ : ١٠ ؛ أم ٩ : ١٠) وعبارة « **سيروا زمان غربتكم بخوف** » (١ بط ١ : ١٧) .

وقد قال السيد المسيح : « لا تخافوا من الذين يقتلون الجسد . ولكن النفس لا يقدرون أن يقتلوها . بل خافوا بالحرى من الذى يقدر أن يهلك النفس والجسد كليهما فى جهنم » (مت ١٠ : ٢٨) « نعم أقول لكم من هذا خافوا » (لو ١٢ : ٥) .

وهنا يقدم لنا السيد المسيح نوعين من الخوف : أحدهما مطلوب ، والآخر خوف خاطىء .

ومخافة الله تدعو إلى مهابته وطاعته وحفظ وصاياه ، وتقود إلى محبته وإلى حياة التوبة وحياة الخشوع .

على أن الخوف المقدس بكل أنواعه ليس هو موضوع حديثنا اليوم ، لاننا نركز هنا على الحروب الروحية .

الخوف الطبيعى

قال أحد علماء النفس إن الإنسان **يخاف من ثلاثة أسباب : الظلام والمجهول والحركة المفاجئة ..**

وواضح أن هذه الأسباب الثلاثة تتركز فى سبب واحد ، هو المجهول.فالظلام يطوى خلفه مجهولاً . والحركة المفاجئة لها سبب مجهول ..

على أن هناك أشخاصاً لهم جسارة قلب ، لا يخافون من الظلام ولا من الحركة المفاجئة ، ومع ذلك ليسوا روحيين ..!

الخوف من الموت

وغالبية الناس أيضاً يخافون من الأذى ، ومن الموت ومسبباته ..

يندر أن يوجد إنسان لا يخاف من الموت . وربما يكون هذا الخوف هو أيضاً خوف من المجهول .

فالموت شيء مجهول ، لم يجربه الخائف وكذلك ما وراء الموت شيء مجهول أيضاً .

والإنسان يخاف هذا الموت لأنه يجهل كيف يموت ؟ كيف تخرج روحه من جسمه ؟ كل هذه الأسباب تخيف الكثيرين ..

أما الذى يضمن مصيره بعد الموت ، فإنه لا يخافه ، بل يشتهيه .

وهكذا يقول القديس بولس الرسول : « لى إشتهاء أن أنطلق وأكون مع المسيح ذاك أفضل جداً » (فى ١ : ٢٣) ولا شك أن اللص اليمين ما كان يخاف الموت ، بعد سماعه وعد الرب له : « اليوم تكون معى فى الفردوس » (لو ٢٣ : ٤٣) . ولا سمعان الشيخ كان يخاف الموت ، لانه طلبه من الرب : « الآن يارب تطلق عبدك بسلام حسب قولك ، لأن عينى قد أبصرتا خلاصك » (لو ٢ : ٢٩ ، ٣٠) .

إنما يخاف الموت غير التائب ، وغير المستعد له . ويخافه مَن يحب العالم الحاضر.

وكل هذا يدل على أن فى الأمر خطية . حتى إن كان خوف الموت شيئاً طبيعياً ، إلاَّ أن الأسباب التى دعت هنا إلى هذا الخوف ، تحمل معنى الخطية .

وبعض القديسين المشهورين بالاتضاع كانوا يخافون الموت قائلين إنهم خطاة .

وخوف الموت إما يجعل الإنسان يستعد له ، أو يهرب منه .

الإنسان الروحى يستعد للموت بالتوبة والسلوك فى محبة الله ، وحينئذ يختفى الخوف منه ، ويمنحه الله أطمئناناً .

ولكن الشيطان قد يستغل خوف الموت ، ليلقى بضحيته فى إتجاه عكسى .

يجعله يهرب من الموت ، ومن سيرته ومن اخباره ، وينهمك فى ملاذ الحياة فلا يسمع عن هذا الموضوع المتعب !

وللاسف نجد مرضى فى حالة خطيرة وعلى حافة الموت ، بينما أقاربهم يبعدون عنهم هذا الاسم المخيف وكذلك اطباؤهم ، بأكاذيب ، وطمأنة خادعة ، ويشغلونهم فى أحاديث وسمر ولهو وتسلية ، لكى ينسوا .

وهكذا يريحونهم من خوف الموت ، إلى أن يدهمهم فجأة بدون استعداد .

أو قد يغرى الشيطان ضحيته قائلاً : مادمت ستموت . تمتع إذن بالدنيا على قدر استطاعتك ، قبل أن تتركها . مثال ذلك قول الابيقوريين : « فلنأكل ونشرب لأننا غداً نموت » (١ كو ١٥ : ٣٢) .

وهكذا نجد الخوف من الموت سلاحاً والبعد عن خوف الموت سلاح آخر .

والشيطان يحارب بالاثنين كليهما فإذا تأكد الإنسان أنه سيموت ، قد يحاربه الشيطان بطريقة أخرى تمنع عنه التوبة والاستعداد للموت ، وهى :

يجعل خوف الموت يشل تفكيره فيحصره فى الخوف ، وليس فى الاستعداد لأبديته .

لا يجعل أمامه سوى رعب الموت ، بحيث يكون هو الصورة الوحيدة القائمة أمامه ، بكل ما تحوى من ترك الحياة وترك الأحباء وترك الملاذ . وما فى هذه الصورة من يأس وألم .. دون التفكير فى الابدية والاستعداد لها .

وفى حالات أخرى ، قد يتخذ الشيطان خوف الموت ، ليلقى بالإنسان فى خطايا مميتة ، كإنكار الإيمان مثلاً .

وهنا نقول إن الشهداء والمعترفين ما كانوا يخافون الموت إطلاقاً ، بل كانوا يشتهونه ليصلوا إلى الحياة الأفضل ، فى عشرة الله وملائكته وقديسيه .

إن محبة الابدية ، تنجى القلب من خوف الموت ، وتعطيه روح الاستعداد .

الحديث عن الابدية ، وعن أورشليم السمائية ، وعن القيامة الممجدة والحياة بالروح .. كلها من الموضوعات الجميلة التى يلزم لأولاد الله أن يتأملوها ، ويتركوا

تأثيرها يتعمق فى قلوبهم وفى أفكارهم وأحاسيسهم .

الذى يخاف الموت ، يخاف أيضاً من أسبابه ، كالمرض مثلاً ..

وفى خوف المرض ، يخاف العدوى والجراثيم ، وضعف الصحة . وقد يحاول الوقاية من كل هذه المسببات بطريقة مرضية أيضاً قوامها الخوف الزائد عن الحد ، الذى يشك فى كل شيء ..

وقد يتخذ الشيطان خوف المرض ، ليلقى بالإنسان ، فى ملاذ الحياة ..

فى الأكل والشرب والمقويات ، حتى تتحسن صحته .. وفى الرياضة وتغيير الجو، وعدم حمل الهموم ، والتخفيف من العمل ، ومن النشاط الزائد والكد والجهد .. بطريقة مبالغة جداً ، وخائفة جداً ، حتى يهمل ضروريات روحية هامة ، و يهمل الاخلاص لواجبه ، و يبتعد عن زيارة المرضى . وتصبح صحة الجسد هى هدفه ، وليس نشاط الروح ..!

على أن المرض ليس هو السبب الوحيد للموت . فقد يموت الإنسان نتيجة لشجاعته وبسالته ، كالجندى مثلاً ..

فإذا زحف خوف الموت إلى قلب إنسان ، قد يسلبه الشجاعة والجرأة ويحوله إلى مخلوق جبان ، مهلهل النفسية ، ينتزع الخوف منه كل مقومات الشخصية . ولذلك حسناً قال القديس أوغسطينوس :

[جلست على قمة العالم ، حينما أحسست فى نفسى أنى لا أخاف شيئاً ولا أشتهى شيئاً] .

وهذه النقطة تنقلنا إلى عنصر آخر من عناصر الخوف وهو :

الخوف من الناس

إنها حرب روحية أخرى تصيب البعض ممّن تضعف نفوسهم ، وهى خوف الناس .

وقد لا يخافون الله ، مثلما يخافون الناس ، ويخشون أذاهم !!

يتصورون فى الناس قوة قد تبطش بهم ، أو تضيع مستقبلهم ، أو تتعبهم وتؤذيهم ، أو تخدش سمعتهم، أو تقف فى طريق آمالهم.. لذلك هم يعملون للناس ألف حساب..

ويستغل الشيطان خوفهم من الناس لكى يلقيهم فى الملق والرياء والنفاق.

يظنون أنهم بتملق الناس يكسبون محبتهم ورضاهم عنهم ، أو على الأقل بهذا الرياء يبعدون أذيتهم عنهم. وهكذا ترخص نفوس الناس، ويهبط مستواهم. ولا مانع من أجل ارضاء الناس أن يقولوا عن المرّ حلواً، وعن الحلو مرّاً، وأن يعادوا مَن يعاديه هؤلاء، ويصادقوا مَن يصادقوه !!

وتضيع المبادىء والقيم فى طريق الخوف ، بل قد يضيع الإيمان نفسه !! وقد يقع الإنسان فى خيانة أحبائه خوفاً.

وينسى قول الكتاب : « ينبغى أن يطاع الله أكثر من الناس » (أع ٥ : ٢٩) وينسى أيضاً قول الوحى الإلهى : « مبرىء المذنب، ومذنب البرىء، كلاهما مكرهة للرب » (أم ١٧ : ١٥). ويصبح كل ما يشغل هذا الخائف هو كيف ينجو أياً كانت الوسيلة خاطئة أو متعبة للضمير.

وفى الخوف ، وفى صغر النفس ، لا يذكر إلاّ تلك العبارات ..

أرضهم ، مادمت فى أرضهم .

ودارهم ، مادمت فى دارهم .

وحيهم ، مادمت فى حيهم .

يفعل ما يفعلون ، يقول ما يقولون،ولا مانع من أن يتقلب مع الجو.

إن الخوف يجرفه مع التيار فيسيره الخوف وليس الضمير.

وقد تعاتب هذا الإنسان ، وتذكره بالمبادىء الروحية ، فيقول لك : [ماذا أفعل ؟ حياتى فى يد هؤلاء] ! فإذا قلت له : بل حياتك فى يد الله وحده تكون كمَن يتكلم كلاماً نظرياً بعيداً عن الواقع والحياة العملية .

حقاً ، ما أكثر الذين حطمهم الشيطان بالخوف . وكان إيمانهم القلبى أقل بكثير من المخاوف الخارجية.

وكثيرون عبدوا البشر وليس الله . لا بسبب خوفهم من الأذى فحسب ، إنما أيضاً لخوفهم من أن تضيع شهوات لهم أو مكاسب عالمية ، هي في أيدي هؤلاء الناس، يمنحونها أو يمنعونها ..! والذي يشتهي يخاف أن يفقد ما يشتهي ، فيسير في التيار.

هؤلاء لم يخافوا فقط من رؤسائهم في العمل ، أو مصادر المادة بالنسبة إليهم، إنما كذلك مصادر متعتهم !!

وهنا ما أكثر أخطاء الساقطين : محبة المتعة خطأ . والخوف من فقد هذه المتعة خطأ آخر. وتملق مَن يخافون أن يُفقدهم متعتهم خطأ ثالث. واستمرارهم في هذا الخوف ، من أجل استمرار المتعة خطأ رابع .. وهكذا دواليك..

وقد يخاف البعض مَن يخشون أن يكشفوهم في أخطائهم .

فإما أن يعاملوهم بخوف ، في محاولات للارضاء والاسكات . وإما أن يقودهم الشيطان إلى التخلص بجريمة من هؤلاء !

كالسارق الذي يقتل مَن يراه وهو يسرق . وكالزاني الذي يقتل مَن قد يفضح خطيئته . ولا يكون القاتل في هذه الحالة في مركز القوة، إنما على العكس: في مركز الضعف والخوف..

والناس عموماً يخافون مَن هم أقوى منهم .

سواء مَن هم أقوى منهم عقلاً ، أو أقوى منهم بطشاً ، أو أقدر على الانتقام، أو على تدبير المشاكل..

والخوف من الناس يزيدهم إيذاء .

يشعرون أن الذي أمامهم غير قادر عليهم ، فيقدرون هم عليه ، أو يستمرون في تخويفهم له . وفي خوفه ، يخضع بالأكثر. وفي خضوعه يزداد إيذاء مَن يخيفونه . والدائرة تدور..

وبنفس الطريقة يسلك الشيطان مع الناس . فلننتقل إلى هذه النقطة :

الخوف من الشيطان

الشيطان يفرحه أن تخافه . فإذا خفت ، تستسلم له . أو تيأس من حربه فلا تقاوم. أو تستشعر الهزيمة كلما حاربك، فلا تستبسل فى مصارعته . بينما الرسول يقول :

« قاوموه راسخين فى الإيمان » (١ بط ٥ : ٩) حتى لو كان كأسد يزأر..

القديس الأنبا أنطونيوس ، حاربه الشيطان بكل الأساليب ، فلم يخف منه.. حتى حينما كان يظهر له بمناظر مفزعة ، ما كان القديس يفزع .

كان الأنبا أنطونيوس لا يخاف أن يبيت فى مقبرة وسط العظام . وكذلك القديس مقاريوس الكبير، ما كان يخاف من المثل وهو متوسد جمجمة ، يكلمه الشياطين من داخلها ..؟

آباؤنا انتصروا على الشيطان ، لأنهم ما كانوا يخافونه ، ولأن الرب أعطاهم ـ وأعطانا ـ سلطاناً على جميع الشياطين.

حقاً ، ما أجمل قول السيد المسيح : « رأيت الشيطان ساقطاً مثل البرق من السماء » (لو ١٠ : ١٨) .

لا تخف إذن من الشياطين ، لإن القوة الإلهية التى معك هى أعظم بكثير من قوتهم التى يهاجمونك بها .

وأيضاً لا تخف ، لأن الله لا يسمح بأن تجرب فوق ما تطيق (١ كو ١٠ : ١٣) .

والشيطان لا يستطيع أن يقرب إليك ، بدون سماح من الله ، كما هو واضح فى قصة أيوب الصديق.. والله لا يسمح له إلاَّ فى حدود استطاعتك أنت فى أن تنتصر .

فلا تعطِ الشيطان قدراً فوق قدره ، ولا تخف منه فوق ما ينبغى ..

واعلم أن مايلزمك فى معاملة الشياطين ، هو الحرص وليس الخوف . ولا نترك هذه النقطة بدون ملاحظة أخرى ، وهى :

الخوف بلا سبب

كثيرون يخافون بدون سبب جدى يدعو فعلاً إلى الخوف .

خوفهم إما خوف طفولى ، أو قد يكون لوناً من الخوف المرضى ..

فالطفل قد يخاف من لصوص فى البيت أو أشباح ، بينما لا يكون هناك لصوص ولا عفاريت .

والكبار بنفس الوضع قد يخافون من أسباب لا وجود لها ، أو يتصورون مخاوف وهمية ، لا حقيقة لها على الاطلاق . إنما يخلقها خيالهم المريض ؟

وهناك أمراض نفسية من هذا النوع ، فيها عقدة الخوف ، يتصور فيها المريض أن هناك مَن يعملون على إيذائه . بينما لا يؤذيه إلاّ مرضه النفسى ..!

وقد يكون لهذا الخوف أسباب من حروب الشياطين التى تغرس فيه الخوف ، أو تضع فى عقله شكوكاً غير موجودة ، أن هناك مَن يدبر ضده تدابير، أو يترصده ، أو يحاول إيذاءه .

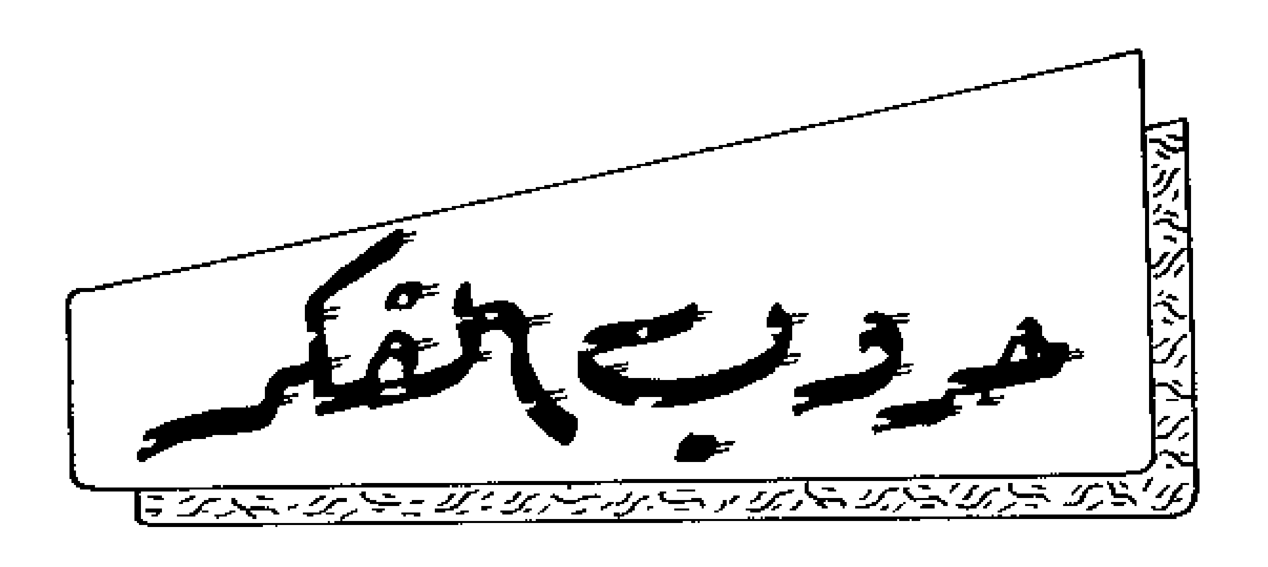
عــــــلاج :

يحتاج الإنسان أن يتذكر وعود الله الكثيرة التى تقول له لا تخف .. لا يقع بك أحد ليؤذيك (أع ١٨ : ١٠) . و يتذكر باستمرار حفظ الله ومعونته .

والإيمان يمنع الخوف ، و يذكر الخائف بالقوة الإلهية الحافظة له ..

وما أجمل قول داود النبى : « إن سرت فى وادى ظل الموت ، فلا أخاف شراً ، لانك أنت معى » (مز٢٣) .

الفصل السابع



الأفكار الخاطئة

بداية الفكر

مصادر الفكر الخاطىء

الحـرب ، والسـقوط

ما يساعد على السقوط

أنواع من حروب الفكر

لا تعايش الفكــر

مضار استبقاء الفكر

العبودية للفكر .. والانتصار

سـؤال وجـواب

الأفكار الخاطئة

المفروض فى الإنسان أن يعيش نقياً،وهذه النقاوة تشمل روحه وجسده ونفسه وفكره ومشاعره، وكل شيء.. ونحن نصلى إلى الله فى قداساتنا قائلين : **« كل فكر لا يرضى صلاحك، فليبعد عنا »** .

ونقول أيضاً فى صلواتنا : « طهر نفوسنا وأجسادنا وأرواحنا، وأفكارنا ونياتنا » إذن الأفكار أيضاً تحتاج إلى تطهير.

والأفكار الخاطئة التى تمر على العقل قد تكون أفكار غضب أو انتقام، أو أفكار عظمة وكبرياء ومجد باطل وأحلام يقظة، أو أفكار حسد وغيرة، وشهوات عالمية، أو قد تكون أفكار زنا ونجاسة.. وما إلى ذلك، ولهذا يقال فى القداس أيضاً :

« تذكار الشر الملبس الموت » .

أى الذى يؤدى إلى الموت الروحى، هذا ينبغى ألاّ نجعل ذكراه تجول فى أذهاننا .

البعد عن تذكار الشر

تذكرك خطايا الآخرين، قد يوقعك فى خطية الإدانة، أو تحقير الناس والتشهير بهم.. وتذكرك إساءات الناس إليك، قد يوقعك فى كراهيتهم وفى خطية الغضب وربما شهوة الانتقام.. وتذكرك الخطايا الجسدية، قد ينجس فكرك و يوقعك فى شهوة الجسد مرة أخرى .

إن تذكر الشر باستمرار، يثبت الفكر الشرير فى أعماق النفس . يثبته فى العقل الباطن. ومن الأفكار الخاطئة المترسبة فى العقل الباطن، تصدر أفكار شريرة، وظنون سيئة، وشكوك وتصدر أيضاً شهوات . وقد تظهر الخطايا فى هيئة أحلام.

لذلك ابعد عن الفكر الشرير ، ولا تحاول أن تتذكره .. حتى فى تبكيت النفس عليه . فما أدراك ؟ قد يبدأ دخول الفكر إليك بالتبكيت ، ثم يتحول إلى حرب داخلية تعود فيها المناظر الشريرة ، لا بأسلوب ندم ، إنما بانفعال وشهوة ..

ولعل إنساناً يسأل : ألا يجوز لى أن أضع خطيتى أمامى فى كل حين ، وابكت نفسى عليها ، لاكتسب التوبة والاتضاع ؟

أقول : يمكن أن تتذكر خطيئتك بصفة عامة ، ولكن حذار أن تدخل فى التفاصيل المعثرة ، أو فى التفاصيل المثيرة .

ونقول هذا بالذات عن الخطايا الانفعالية ، والخطايا الشهوانية ، وبخاصة إن كان الإنسان لم يتخلص منها تماماً ، ولم يصل فيها إلى النقاوة الكاملة ، ويمكن أن تعود فتحاربه ..

إنك ان بدأت تتذكر تفاصيل هذه الخطايا ، إنما تدخل نفسك فى دائرتها مرة أخرى .

وقد يكون التبكيت على الخطية ، مجرد خدعة يلجأ إليها الشيطان ليدخل بها الفكر إليك ، أو أنه ينتهز هذه الفرصة المقدسة لكى يحولها عن مسارها إلى اتجاه مضاد .

بداية الفكر

إن فكر الخطية قد لا يبدأ بخطية .. لأنه لو بدأ هكذا ، يكون قد كشف عن نفسه ، وعندئذ يهرب منه القلب النقى ، أو يطرده ، أو يقاومه بكل السبل حتى لا يثبت .

ولكنه قد يبدأ بصورة خداعية .. ربما يبدأ مثلاً بالغيرة المقدسة ، ومحبة الرغبة فى بناء الملكوت .. ويتطور إلى دراسة الاخطاء التى تحتاج إلى اصلاح . ويتدرج من الأخطاء إلى المخطئين . ومن الرغبة فى اصلاحهم إلى القسوة عليهم . وحينئذ يصبح الفكر كله إدانة وسخط على هؤلاء ، وكراهية لهم ، ورغبة فى القضاء عليهم . وهنا فقط يكشف الفكر عن ذاته .

وقد يبدأ الفكر بعكس هذا ، بالعطف على الساقطين ومحاولة انقاذهم .

وهنا يستعرض نوعية السقوط ، ودرجته وأسبابه وقصصه .. وربما ينفعل بكل هذا انفعالاً أليماً ، فيسقط فكرياً فى نفس الأمر..

لذلك ليس كل إنسان يصلح فى العمل على إنقاذ الآخرين ، ولا فى ميدان الاصلاح .

الفكر الخاطىء قد لا يبدأ بصورة خطية . وأيضاً قد يبدأ ضعيفاً .

يخيل إليك أنك تستطيع بسهولة أن تنتصر عليه .. ولكنك كلما تستبقيه داخلك، وكلما تأخذ وتعطى معه.. يثبت هو أقدامه و يقوى عليك . ذلك لأنك مكنته من وضع اليد على أرض مقدسة داخل نفسك .

كما إنك أشعرت الفكر انك تريده باستبقائك إياه .. ومادمت تريده، إذن فأنت تعجز عن طرده .

كذلك فى استبقائه ، يكثر الحاحه عليك ، وضغطه على مشاعرك ، وحينئذ قد تضعف أمامه ، لأنك لم تعد فى قوتك الأولى التى كانت لك فى بداية الفكر.. ولم يعد هو فى ضعفه الذى بدأ به.. وهنا تبدو الحرب غير متوازنة ، وتحتاج إلى مجهود أكبر للسيطرة عليها .

أمنا حواء ، لما بدأ معها الفكر ، كان أضعف منها ، مجرد سؤال .

وقد تمكنت فعلاً من الرد على الفكر بقوة ، فلم تذكر فقط أن الله قال لهما : «لا تأكلا من الشجرة» بل أنه قال بالأكثر «لا تمساه» .. **ولكن حواء مع معايشة الفكر الخاطىء ، واستمرار عروضه وإغراءاته ، بدأت تضعف ، وتحولت من الفكر، إلى الشك ، وإلى الشهوة ، وأخيراً مدت يدها وقطفت وأكلت ، وسقطت واسقطت غيرها .**

وبالمثل حدث لقايين ..

قال له الله إن الخطية رابضة على الباب ، انها لم تدخل بعد ، انه (أى قايين) «يسود عليها» (تك ٤ : ٧) . ومع ذلك بتوالى الفكر، وسماحه له أن يدخل إلى قلبه

ومداولته معه ، خضع قايين أخيراً للفكر الذى سيطر عليه ، وقاده إلى قتل أخيه ..

نقطة أخرى فى سبب سيطرة الفكر عليك بعد أن كان ضعيفاً :

وهى انك باسترخائك فى طرد الفكر الخاطىء ، إنما تخون الرب ، باستبقائك فكراً ضده ، وبسبب هذه الخيانة تتخلى عنك النعمة التى كانت مصدر قوتك .

وحينئذ يصبح من السهل سقوطك .. وربما هناك سبب آخر لبعد النعمة عنك .. وهو انك فى استبقائك للفكر ربما كان فى داخلك لون من الكبرياء ، شعور بالذات ، يقنعك أنك أقوى من الفكر ، وأنك تستطيع طرده فى أية لحظة أردت !!

ولذلك تتركك النعمة لتشعر بضعفك فتهرب فى المستقبل من أى فكر خاطىء يأتيك .. وهكذا تنتصر عليه بالاتضاع وليس بادعاء القوة والقدرة على طرده .

وربما الفكر الضعيف الذى أتاك ، استطاع أخيراً أن يقوى عليك ، لأنك حاربته وحدك ، ولم تلجأ إلى الله بالصلاة لكى ينقذك منه ، ونسيت أن ترشم ذاتك بعلامة الصليب وتطلب قوة من فوق ..

• مصادر الفكر الخاطئ

١ ـ قد يأتى الفكر من فكر سابق ...

فالأفكار ليست عقيمة ، انها تلد أفكاراً من نوعها ، كجنسها ، ربما فكر بدأت به من أيام ، ويريد أن يكمل .. قصة بدأت ، ولم تصل إلى نهاية ، وتريد مزيداً من التفاصيل . ولو من باب حب الاستطلاع ، فاهرب من ذلك .

٢ ـ وقد يأتى الفكر الخاطىء من الخبرة .

٣ ـ أو ربما تركزت فى عقلك الباطن قصص أو مشاعر أو رغبات ، تحب أن تطفو على عقلك الواعى ، وتتفاوض معك ! ..

فاحرص على نقاوة عقلك الباطن ، ولا تختزن فيه أشياء تعكر نقاوة فكرك .. وإن كنت قد اختزنت فيه خطايا أو معثرات قديمة ، فلا تستعملها . بالوقت والاهمال يتنقى منها ، بحلول أفكار نقية جديدة تحل محلها داخلك .

٤ ـ والعقل الباطن يختزن من مصادر متعددة ، منها القراءات ، والسماعات ، والمناظر ، والأفكار ، والشهوات ..

عليك إذن أن تكون حريصاً على نقاوة قلبك فى كل ما تقرؤه وما تسمعه وما تراه ، وكل ما تفكر فيه .. وان تجعل رغباتك أيضاً نقية ، كما تحرص على نقاوة حواسك ، وعلى رأى مار إسحق .

٥ ـ الحواس هى أبواب الفكر .

احترس إذن من الحواس التى عملها هو « الجولان فى الأرض والتمشى فيها » (أى ١ : ٧) . فهى تجول هنا وهناك تجلب للعقل أفكاراً من النظر الطائش غير النقى ، ومن السماعات البطالة ، ومن كل ما تشم وما تلمس .

الحواس النقية تجلب أفكاراً نقية . والحواس الدنسة تجلب أفكاراً دنسة .

والحواس الطائشة تجلب أفكاراً طائشة .

وضبط الحواس يساعد بلا شك على ضبط الفكر أيضاً .. والذى جاهد للحصول على نقاوة الفكر،عليه أن يراقب حواسه ، و يدربها على الحرص الروحى .

٦ ـ والفكر الخاطىء قد يأتى أيضاً من الشيطان ، أو من الناس .

سليمان كان أحكم أهل الأرض ، وبالوقت تأثر بنسائه (١ مل ١١ : ٣) .

وكم من زوج فشل فى حياته الروحية بسبب ما تصبه أمه أو أخته فى أذنيه من جهة زوجته ، فتأثر بذلك ، ودخلته أفكار لم تكن عنده من قبل فى فترة الخطوبة وفى الشهور الأولى للزواج.وكذلك كم من زوجة فشلت بسبب نصائح أهلها .

أفكار غريبة تأتى لأى شخص ، ليست هى منه ، ولكنها تستطيع أن تغير طبعه وأسلوبه .

لذلك راجع أفكارك باستمرار ، ولا تكن تحت تأثير أو سيطرة شخص ما ، تعتنق ما يقوله من أفكار ، بغير فحص ..

ويحدث هذا أيضاً من بعض المرشدين الروحيين ، وممن يقومون بالتعليم .

فكثيراً ما يصير مريدوهم وتلامذتهم صوراً كربونية منهم ، يقولون كما يقولون ، ويفكرون بما يفكرون فى اعتناق لكل أفكارهم مهما كانت خاطئة أو خطية .

٧ ـ وقد تأتى الأفكار من الشيطان يلقيها فى ذهن الإنسان ولو كاقتراح .

وعلى الإنسان أن يميز ، ليرى هل هذا الفكر من الله أم من الشيطان ؟ وإن لم تكن له موهبة الافراز ، يمكنه أن يستشير مَن له هذه الموهبة .

إن الشيطان لا يرغم إنساناً على قبول أفكاره ، أنما هو يقدم عروضاً ، ويقدمها فى إغراء .

وهكذا فعل مع أبوينا الأولين ..

والإنسان الروحى يقاوم كل فكر ضد وصية الله .. وكما قال الرسول : « قاوموه راسخين فى الإيمان » (١ بط ٥ : ٩) .

على إننا نود أن نضع فى هذه النقطة قاعدة هامة وهى :

• الحرب والسقوط

ليس كل فكر خاطىء يأتى إلى عقل الإنسان يعتبر خطية .. فقد يكون مجرد حرب .. وهناك فارق بين الحرب ، والسقوط .

فى الحرب الروحية ، تكون هناك أفكار خاطئة تلح على عقل الإنسان الحاحاً ، وبشدة ، وربما لمدة طويلة وهو رافض لها ، يقاومها بكل ما يستطيع من قدرة ، ومع ذلك هى مستمرة ، وضاغطة .

أما السقوط بالفكر، فهو قبول الفكر وعدم مقاومته، أو مقاومته بمقاومة شكلية ضعيفة، هى فى الحقيقة مستسلمة وراضية !!

وقبول الفكر الخاطىء نقول إنه خيانة لله، لانه فتح أبواب القلب لأعداء الله، وقبلهم مكانه. ولأن الإنسان أثناء هذا الفكر يكون قد دنس هيكله المقدس الذى هو أصلاً هيكل للروح القدس (١ كو ٣: ١٦). وكأنه يطرد روح الله من قلبه، لأنه «لا شركة للنور مع الظلمة» (٢ كو ٦ : ١٤).

وفى السقوط بالفكر، يكون الإنسان ملتذاً بالفكر، أو متعاوناً معه، ينميه ويقويه ويستديه ويكمل عليه.

ويكون هو والفكر شيئاً واحداً، وروحاً واحداً، ولا يستطيع أن يميز فى مجرى التفكير الخاطىء بين الفكر الذى بدأ كالحرب، والفكر الصادر من هذا الإنسان الساقط.. من قلبه وعقله هو!

وفكر السقوط قد يكون مصدره شهوة أو رغبة .. والشهوة والفكر يتبادلان الوضع كسبب ونتيجة..

فالفكر الخاطىء تنتج عنه الشهوة،والشهوة ينتج عنها الفكر الخاطىء.

وكل منهما سبب للآخر أو نتيجة له، يقويان بعضهما البعض فى خط واحد.

وفى هذه الحالة يتعاون الفكر الذى من الخارج، مع الفكر الذى من الداخل.

• ما يساعد على السقوط

والسقوط بالفكر تساعد عليه أمور أخرى منها الاسترخاء، والفراغ، والضعف، والاستسلام، ومحبة الحكايات،والرغبة.

١ - فإن حورب الإنسان بفكر خاطىء وبقى فى حالة فراغ واسترخاء، لابد أن يشتد الفكر عليه، وقد يقوى بسهولة على اسقاطه.

لأنه فى حالة الفراغ ينفرد الفكر بالإنسان، بلا مقاومة، وبلا دفاع.

وقد قيل فى الأمثال : « عقل الكسلان معمل للشيطان » وقيل عن هذه الحالة فى الإنجيل ان الشيطان يأتى إلى هذا البيت ، فيجده مزيناً مكنوساً ، فيذهب و يأخذ معه سبعة أرواح أشر منه ، فتدخل وتسكن هناك (لو ١١ : ٢٤ ، ٢٥) .

لذلك احترس فى وقت فراغك من الأفكار التى تأتى إليك .. والأفضل أنك لا تترك فكرك فى حالة فراغ .

إن العقل من طبيعته أنه دائماً يعمل ، وهو فى انشغال مستمر، إما بأمور هامة ، وإما بأمور تافهة .. ولكنه لا يتوقف .

٢ ـ ففى حالة الاسترخاء ، قد يفكر فى أى موضوع ، وقد يعبر على عديد من القصص والأخبار والأفكار..

هنا قد يستغل العدو استرخاءه فيلقى إليه بفكر خطية أو بفكر يؤول إلى خطية .. دون أن يشعر.

وهنا ينبغى أن يستيقظ الإنسان لنفسه ، و يطرد هذا الفكر بسرعة ، قبل أن يستقر و يستمر..

ويحسن فى حالة الاسترخاء ، أن تشغل نفسك بشىء هادىء بسيط ، لا يقود إلى خطية .

والاسترخاء معناه إراحة الأعصاب وليس معناه القاء النفس إلى الأفكار..

٣ ـ قلنا إنها تساعد على السقوط بالفكر أيضاً حالة الضعف الروحى ، التى لا تقدر على المقاومة فتستسلم للأفكار.

لذلك إن وجد الإنسان الروحى أنه فى حالة ضعف ، عليه أن يهتم بنفسه بالأكثر ، و يكون فى حالة حرص مشددة ، و يراقب نفسه بكل قوة ، و يقدم لها فى نفس الوقت كل الأغذية الروحية التى تقويها وتنتشلها من ضعفها .

احترس جداً من حالات الضعف ، واهرب أثناءها من كل مسببات العثرات والأفكار..

ولعله عن أمثال هذه الحالة ، قال الرب : « صلوا لكى لا يكون هربكم فى

شتاء ، ولا فى سبت » (مت ٢٤ : ٢٠)..

« فى شتاء » - حسب الرمز - تعنى فترة البرودة الروحية التى لا حرارة فيها .

و « فى سبت » أى فترة الراحة والاسترخاء .. فكلا الأمرين لهما خطورتهما . على اننى أقول لك فى هذا :

٤ - مهما كنت ضعيفاً ، لا تستسلم .

اثبت فى قتالك مع عدو الخير ، إلى أن تأتيك قوة من فوق ، فتنتشلك مما أنت فيه ، وتنتهر الشيطان من أجلك .

وذلك كما حدث لهوشع الكاهن الذى بسببه قال ملاك الرب :

« لينتهرك الرب يا شيطان ، لينتهرك الرب .. أليس هذا شعلة منتشلة من النار» (زك ٣ : ٢).

والضعف ليس حجة للسقوط ، إنما هو حجة لطلب المعونة ، التى بها تقاوم الشيطان .

أما كيف تقاوم الفكر ، فهذا ما أريد أن أحدثك عنه فى المقال المقبل ...

٥ - لا تكن فى داخلك محباً للحكايات الخاطئة .

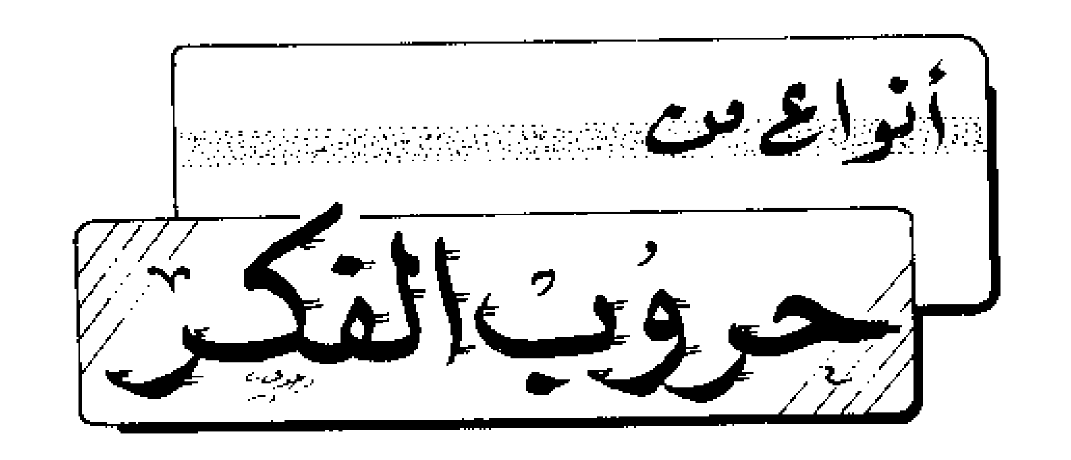
لانك إن كنت هكذا ، فستجد لذة فى تأليف قصص خاطئة تؤذيك روحياً ، ،تشبع رغبات خاطئة داخل نفسك .

وهنا تكون الخطية فى داخلك ، نابعة منك ، من (مواهبك) !

وكثيرون من هواة تأليف القصص ! إما يبدأون بها ، أو أن الشيطان يلقى إليهم بفكر ، فيؤلفون عليه حكايات طويلة لا تنتهى ...

وتكون الأفكار مجرد عمل إرادى ، لإشباع رغبات خاطئة ..

مثل فكر انتقام ، أو زنا ، أو أحلام يقظة ...



ثلاثة أنواع من الناس :

ثلاثة أنواع من الناس تتعبهم الأفكار :

١ ـ النوع الذى **يسعى** إلى الفكر .

٢ ـ والذى **يعايش** الفكر و يستبقيه .

٣ ـ والنوع الخصب فى خياله ، الذى يمكنه أن **يؤلف** أفكاراً وقصصاً .

كل هؤلاء ، إن كانت أفكارهم تحوم حول خطايا معينة ، فلا شك أن الأفكار تستطيع أن تتعبهم جداً ، لأنها لا تجد فى داخلهم مقاومة بل ترحيباً .

✦ يسعى وراء الفكر

هذا لا تأتيه الأفكار وتتعبه ، إنما هو الذى يتعب الأفكار !

هو الذى يفتش عن مصادر الفكر ، يسعى ليحصل على مادة للفكر .

يرسل حواسه هنا وهناك ، بقصد ونية ، لكى تحصل له على مادة تغذى فكره ، و يفرح بذلك جداً و يشتهيه .

هذا هو النوع المحب للاستطلاع ، الذى يبحث عن أخبار الناس وأسرارهم .

و يسره أن يتحدث فى أمثال هذه الموضوعات ، و يزيد على ما يسمعه تعليقات

واستنتاجات من ذهنه ، وبخاصة فى كل ما هو سيىء وشرير. وكل هذا يكتنز فى ذهنه صوراً تؤذيه روحياً ...

وهكذا يقع فى نوعين من الخطايا : خطايا اللسان ، وخطايا الفكر.

وكل منهما يقوى الآخر ويسببه ..

إن جلس هذا النوع مع أحد من اصدقائه ومعارفه ، يبادره على الفور : ماذا عندك من أخبار؟ ماذا حدث لفلان ، وماذا حدث من فلان؟ ماذا رأيت وماذا سمعت؟ وما رأيك فى كل هذا؟ وماذا تعرف أيضاً؟

ويظل ممسكاً بهذا الصديق ، يستخرج كل ما عنده ، مثل فلاح يحلب بقرة ، ولا يترك ضرعها حتى يخرج كل ما فيه!

وبهذا يضر نفسه ، ويضر غيره ، بما حواه الحديث من أسرار الناس .

إنه يهوى معرفة أخبار الناس . وكل شخص يصادفه فى الطريق ، يحاول أن يصطاد منه خبراً! وإن جلس إلى مائدة يأكل مع غيره ، تجول عيناه ليعرف ما الذى يأكله فلان ، وما طريقته فى الأكل ، وما الذى يحبه ، وما الذى لا يستسيغه؟! وهكذا فى باقى الأخبار ، حتى فى صميم الخصوصيات!!

والعجيب فى مثل هذا انه : إن كان هناك شيء رديء يتهافت على سمعه. وإن وجد شيء حسن ، لا يستقبله بحماس!

إنه يجمع الاخبار والأسرار والأفكار . حواسه طائشة ، يتعبها «الجولان فى الأرض والتمشى فيها» (أى ٢ : ٢).

وتسأله ما شأنك بهذا؟ أو ما الذى تستفيده؟ فلا تجد جواباً . انه مرض . يصبح عادة عند البعض ، جزءاً من طبعه!

أتسأل مثل هذا : ما أسباب الفكر عنده؟ إنها عادته فى محبة الاستطلاع .

كم من أناس أضروا أنفسهم ، وأضروا غيرهم بحب الاستطلاع ، ومحاولة كشف كل ما هو مستور ، وربما بحيل غير لائقة تشتمل على خطايا أخرى كثيرة ...

ولكن لعلك تقول ، ماذا أفعل إذا لم آكن أنا مصدر الفكر ، وإنما أتانى من آخرين ، وكنت أنا الضحية ؟

أقول لك : إن الفكر الخاطىء ، لا يجوز لك أن تسمع عنه ، أو تفكر فيه ، أو تقرأ عنه ، أو تكلم أحداً فى موضوعه . لا تعايشه على الاطلاق .

لا تعايش الفكر

فلا أنت تعيش معه ، ولا تتركه يعيش فيك . بل اطرده بسرعة .

لا تستبقه فى ذهنك ، ولا حتى فى أذنيك . وابعد بكل جهدك عن الأشخاص الذين يسببون لك الفكر. وإن اضطررت إلى الاستماع إليهم ، بسبب خارج عن إرادتك ، فلا تنصت .

واشغل نفسك أثناء الحديث بموضوع آخر . ولا تأخذ معهم ولا تعط أثناء عرضهم لكلام معثر..

وما اضطررت إلى سماعه من كلام خاطىء ، لا تعاود التفكير فيه مرة أخرى ، فإن ذلك يثبته فى عقلك الباطن . واذكر باستمرار المزمور الأول الذى يأمرك بالبعد عن طريق الخطاة ومجالس المستهزئين .

إذن لا تعايش الفكر ولا مسبباته ..

ابعد عن الشخص الذى يصب فى أذنيك أخباراً تجلب أفكاراً ، أو الذى يكون مجرد منظره أو حركاته أو أسلوبه مصدراً للأفكار .

إن داود لما عايش مسببات الفكر سقط ليس فى الفكر وحده ، بل فيما هو أشد منه وأبشع . وكذلك كان الحال مع شمشون ومع غيرهما ممَن كانوا أقوياء ..

وآخاب الملك ظل الفكر يتعبه من جهة حقل نابوت اليزرعيلى . وإذ استمرت معه الأفكار ، واشتعل بخطية السطو على نصيب غيره ، وإذ أضافت زوجته ايزابل وقوداً إلى هذا الاشتعال ، تطور آخاب من مجرد الفكر ، حتى وصل إلى القتل والسلب والظلم .

واعرف أنك إن تهاونت فى طرد الأفكار فقد تلد أفكاراً أخرى ، إذ لا يوجد فكر عقيم .

قد يلد الفكر فكراً من نوعه أو من نوع آخر . وقد يلد انفعالاً ، أو شهوة أو مشاعر رديئة عديدة . وقد يلد خطايا كثيرة يصعب حصرها و يصعب طردها .

و يصبح الفكر أباً لعائلة كبيرة .

إذن اطرده من أوله ، قبل أن ينمو و ينتشر فى داخلك ، وقبل أن يسيطر على إرادتك . واعرف أن طرد الفكر يكون سهلاً فى أوله . ولكنه يصبح صعباً إن استمر .

إن الفكر الخاطىء يجس نبضك أولاً ليعرف مدى نقاوة قلبك ، ومدى استعدادك الداخلى للتفاوض معه ..

فإن رفضت التفاهم معه ، يعرف انك لست من النوع الرخيص السهل الذى يحب الأفكار، فيتركك . وإن حاول أن يستمر يكون ضعيفاً بسبب نقاوتك الداخلية .

أغلق أبوابك

لذلك حذار أن تفتح باباً للفكر .

تفتح الباب له ، معناه انك بدأت تخضع له ، و بدأت ترحب به وتخون سيدك ... بل عليك أن تتذكر ما قيل عن عذراء النشيد :

« اختى العروس جنة مغلقة ، عين مقفلة ، ينبوع مختوم » (نش ٤ : ١٢) .

إنها مغلقة أمام كل فكر شرير يطرق باب الذهن ، وأمام كل شهوة خاطئة تطرق باب القلب ... لا تفتح بابها لكل أحد . بل لا تفتح إلاَّ لكل فكر مقدس طاهر...

أما من جهة الأفكار الخاطئة ، فان الملائكة تغنى لهذه النفس قائلة :

« سبحى الرب يا أورشليم ، سبحى إلهكِ يا صهيون ، **لأنه قوى مغاليق أبوابكِ ، وبارك بنيكِ فيكِ » (مز ١٤٧ : ١٢ ، ١٣) .**

هذه الأبواب المغلقة هى أبواب النفس الابيّة التى لا تفتح لكل طارق من أفكار العدو. بل هى نفس مخلصة لربها. لذلك بارك بنيها فيها، بنيها المولودين فيها من الروح القدس، أى المشاعر المقدسة.

إغلق أبوابك أمام الفكر الخاطىء، لانه لا يستريح حتى يكمل.

الفكر هو مجرد خادم مطيع ترسله الشهوة ليمهد الطريق أمامها.

من الصعب أن يبقى الفكر فكراً، دون أن يتطور إلى ما هو أخطر. الفكر إذن هو مجرد مرحلة فى حروب العدو. فاحترس منه جداً، حتى لا يقودك سهلاً إلى مرحلة أخرى لا تدرى مدى خطورتها.

الفكر يتطور فى تنقلاته، من الحواس إلى الذهن، إلى القلب، إلى الإرادة.

إذا استبقيت الفكر فى اذنيك ولو قليلاً، يزحف إلى عقلك، وهنا قد يتناوله الخيال فيلد منه أبناء عديدين، و ينمو الفكر داخلك، حتى يصل إلى قلبك وإلى مشاعرك وعواطفك وغرائزك وشهواتك. وهنا تكون الحرب قد وصلت إلى قمتها...

إذن بتداولك مع الفكر، يأخذ سلطاناً عليك، لأنه أصبح داخلك. اجتاز حصونك، وصار داخل المدينة مختلطاً بأهلها !!

ما أخطر هذه المرحلة عليك!

لإنه فى هذه الحالة يكون قلبك هو الذى يحاربك، أو تكون لك حربان داخلية وخارجية، والداخلية أصعب. و يكون وصول الفكر إلى قلبك هو أقصى ما يتمناه. وحينئذ يجتمع أولاده حوله ضدك. وأولاده هم شهوات القلب.

فإن سقط القلب فى يد الفكر، تسقط بالتالى الإرادة بسهولة، إذ يضغط القلب عليها.

الإرادة تكون قوية، حينما يكون القلب قوياً، وحينما يكون الفكر فى الخارج. ولكن حينما يضعف القلب، تضعف الارادة تلقائياً. وإن لم تفتقدها النعمة بقوة من فوق، ما أسهل أن تستسلم وتسقط فى خطية عملية.

إذن اغلق أبوابك من بادىء الأمر، حتى لا تتطور إلى مراحل خطرة.

قال القديس دوروثيئوس : [من السهل أن تقلع عشبة صغيرة ، ولكن إن أهملتها حتى تصير سنديانة ضخمة حينئذ يكون من الصعب عليك اقتلاعها] .

لذلك اقتلع الأفكار من أول خطوة تخطوها إليك ، وما أجمل ما قيل عن ذلك فى المزمور :

« طوبى لمَن يمسك أطفالكِ ، ويدفنهم عند الصخرة » (مز ١٣٧ : ٩) .

أى يمسك الخطايا وهى أطفال ، وهى أفكار ، قبل أن تنمو ، ويدفنها عند الصخرة ، والصخرة كانت المسيح (١ كو ١٠ : ٤) .

مضار استبقاء الفكر

قلنا إن الفكر إذا لم يطرده الإنسان بسرعة ، يتقوى عليه ، و يصبح داخله و يصل إلى القلب وإلى الإرادة ، و يتعب النفس ، و يصبح مادة لأفكار أخرى ولخطايا أخرى ..

وحتى إن أمكن للإنسان أن ينتصر بعد كفاح مرير ، فإن الحرب لابد ستطول .

وطول هذه الحرب الروحية ينهك الإنسان ، الذى ربما يصبح قريباً من اليأس والاستسلام ، لانه يكون قد بدأ يشعر بضعفه أمام الفكر .

وطول فترة القتال مع الفكر ، قد يثبته فى العقل الباطن .

و يضيف إلى ذاكرة الإنسان صوراً ما كان يود أن تضاف إلى ذاكرته ، لئلا تصبح فى المستقبل مصدراً لأفكار أخرى ولشهوات وأحلام وظنون .

وحتى إن انتصر الإنسان أخيراً ، يكون عقله قد اتسخ أثناء القتال

إذ أتيح للفكر أن يصب فيه قتالات وتأثيرات ومشاعر ، كما أن الفكر فى فترة بقائه يكون قد دغدغ الحواس وترك تأثيره على القلب وعلى الجسد أيضاً .

وكمثال للتأثير على الجسد :

إنسان ذكره العدو بمشاجرة بينه وبين شخص آخر ، فتهاون فى طرد الفكر ، حتى

بدأ يتذكر تفاصيل المشاجرة كلها ، فى ذلك يجد نفسه قد عاد إلى الغضب. يجد جسده قد سخن ، اندفعت الدماء إلى عروقه ، واحمرت عيناه ، واكفهرت ملامحه ، وبدأ يفكر كيف ينتقم لنفسه .

انظر إلى داود النبي يحكي ضغطات الافكار فيقول :

« إلى متى يارب تنسانى ، إلى الانقضاء ؟ حتى متى تحجب وجهك عنى.إلى متى أردد هذه المشورات فى نفسى ، وهذه الأوجاع فى قلبى النهار كله ؟ **إلى متى يرتفع عدوى عليَّ**.. أنر عينى لئلا أنام نوم الوفاة، لئلا يقول عدوى قد قويت عليه » (مز١٢) .

إذن اهرب من الفكر ولا تستبقه ، فأنت لا تعرف إلى أين يقودك ، وإلى أين ينتهى..

والهروب أيضاً فيه اتضاع قلب ، والاتضاع هو أكبر سلاح لهزيمة الشيطان ، أما الذى يعتد بقوته ، وبقدرته على قتال الأفكار ، فقد تتخلى عنه النعمة قليلاً ، حتى إذا ما دخل فى الحرب الروحية وعنفها حينئذ لا يدعى القوة مرة أخرى ، و يعتمد على الله أكثر مما يعتمد على إرادته الخاصة وصمودها وقوتها .

لهذا كثيراً ما يسمح الله بالحروب ، لكى يقتنى الإنسان الاتضاع .

لا شىء يغيظ الشيطان ، قدر رفضك للتفاوض معه ..

لقد كان تفاوض حواء مع الحية ، هو أول خطوة فى السقوط ، واستطاع الشيطان فى حديثه معها ، أن يتولى توجيه فكرها وحواسها ، وصارت لعبة فى يديه وتحت قيادته وتأثيره .

إنك بالتفاوض مع الفكر الشرير إنما تُدخل نفسك فى دائرته .

على الأقل يشعر انه لا مانع لديك من التفاهم معه ، وكم من علاقة خاطئة بدأت بالجدل أو بالمقاومة ، وانتهت إلى الاستسلام. أما رفض التفاهم مع الفكر ، فهو طرد صريح له من بادىء الأمر ، وعدم اعطائه فرصة لتجربة تأثيره .

انت قد تدخل الفكر إليك ، ثم لا تعرف كيف تخرجه ..

لذلك فان رفضه ، وعدم معايشته ، هو حل سليم لا نقاش فيه .

ذلك أن استبقاء الفكر ، قد يؤدى إلى سيطرته ، وإذا استمر فترة طويلة فقد يؤدى إلى حالة من العبودية .

العبودية للفكر

إذا سيطر الفكر على الإنسان ، ليس فقط يقوده إلى السقوط ، إنما بالأكثر إلى الخضوع الدائم للفكر، والاستعباد له .

إن شعر الفكر أنه وصل إلى القلب وأن الإنسان أصبح يريده ، لذلك لا مانع من أن يطرقه باستمرار .

فيستمر الفكر أياماً أو أسابيع فى ذهن هذا الإنسان المستعبد له ..

وفى كل حين يضيف إليه شيئاً جديداً و يبقى معه باستمرار ، يطرد منه كل فكر خيّر، ينام والفكر فى ذهنه ، و يصحو والفكر فى ذهنه ، ويمشى و يعمل والفكر قائم .

إذن كيف يمكن للإنسان أن ينتصر ؟

الانتصار على الفكر

أول الوسائل ، ذلك المثل القائل :

الوقاية خير من العلاج ..

لا تأخذ باستمرار موقف المدافع ، فانك فى دفاعك قد تنتصر حيناً ، وتنهزم حيناً آخر .

إنما خذ موقف الحصانة الداخلية ، بالعمل الروحى الإيجابى الذى يحصن قلبك ضد الأفكار.

ليكن لك برنامج روحى قوى مستمر من صلوات ومزامير ، وقراءات روحية وتأملات ، وتراتيل وألحان ، واجتماعات روحية ، وصداقات روحية ، وغذاء روحى

دائم يملأ القلب بمشاعر نقية وحينئذ ينطبق عليك قول الرب :

« الإنسان الصالح من كنز قلبه الصالح يخرج الصلاح ، والإنسان الشرير من كنز قلبه الشرير يخرج الشر» (لو ٦ : ٤٥) .

إذن قلبك هو منبع الأفكار ، ان كانت مشاعره روحية تخرج منه أفكار روحية ، وان أتته أفكار شريرة من الخارج ، يرفضها .

فلنهتم إذن بالقلب وخزينه الروحى بدلاً من أن نقضى الحياة الروحية صراعاً مع الأفكار.

وثق انك إن كنت مشغولاً باستمرار بفكر روحى نقى ، فان الأفكار الشريرة لن تجد لها مكاناً فيك ، ولن تعوزك اطلاقاً إلى القتال معها .

لذلك غالباً ما نجد الأفكار الشريرة تتعب الإنسان فى فترات فتوره .

وإذ يكون فكره خالياً من العمل الروحى ، يأتى الشيطان و يعشش فيه .

أما إن كان منشغلاً بصلاة ، أو قراءة روحية ، أو تأمل روحى ، فإن الأفكار لا تقدر عليه .

ولعلك هنا تسأل : هل الأفكار لا تحارب الإنسان فى حالة نشاطه الروحى ؟

أقول إنها تحاربه ، ولكنها لا تقدر عليه ، ولا تتعبه .

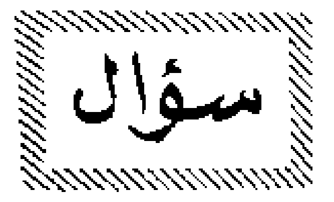
فالأفكار حاربت القديسين ، ولكنها لم تتعبهم ولم تهزمهم ، بل قالوا مع القديس بولس : « مستأسرين كل فكر لطاعة المسيح » (٢ كو ١٠ : ٥) .

والانشغال الروحى يطرد الأفكار ، بشرط أنه يكون انشغالاً بعمق .

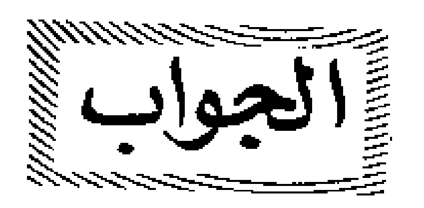
فالقراءة السطحية ، والصلاة غير العميقة ، قد لا تطرد الأفكار ، ومن هنا كان البعض يسرح أثناء صلاته ، فى أى فكر.

عيشوا فى عمق روحى ، تهرب الأفكار منكم ، بنعمة الرب ..

سؤال وجواب



إذا كنت حينما اتذكر خطاياى أقع فيها مرة أخرى ، فهل أنا مطالب بقول د.ود النبى : « خطيتى أمامى فى كل حين » ؟ (مز ٥١) .



ليس المقصود بهذه العبارة أن تتذكر التفاصيل المعثرة التى تتعبك .

يكفى فى حالتك أن تذكر الخطية جملة وليس تفصيلاً .

ونقطة أخرى : هى أن الآباء قالوا إن الخطايا الشهوانية أو الإنفعالية هى التى تحارب الإنسان بالخطايا مرة أخرى .

فلنفرض مثلاً أنك اشتهيت مركزاً معيناً ، أو اشتهيت أن تقتنى شيئاً تحبه ، أو انك وقعت فى شهوة جسدية فتذكار تفاصيل هذه الشهوات قد يتعبك .

أو ان وقعت فى خطية إنفعالية مثل الغضب أو الحسد أو الرغبة فى الانتقام ، فربما تذكار التفاصيل يتعبك .

وعن هذه الخطايا وأمثالها ، قيل فى القداس الإلهى :

« تذكار الشر الملبس الموت » .

لذلك يمكن أن تتذكر خطاياك فى إنسحاق لتندم عليها وتتضع . أما إن وجدت التذكر سيدنس فكرك ، أو يعيد شهوة رديئة إلى قلبك ، أو انه يجعلك تنفعل بالغضب أو الحسد أو الانتقام أو محبة العالم .

فحينئذ اهرب من تذكار الخطية . تذكار الخطية هو وسيلة لهدف .

وكل ممارسة روحية ، اعملها بحكمة ولا تكن حرفياً فى ممارسة الفضائل .

الفصل الثامن



مهاجمتها في العهدين

لقد هاجم السيد المسيح محبة المظاهر الخارجية . وذلك فى توبيخه الكتبة والفريسيين المرائين ، « لأنكم - الكتبة والفريسيون المراؤون - **تنقون خارج الكأس والصحفة**، وهما من داخل مملوآن أختطافاً ودعارة » . وقال لهم أيضاً : « ويل لكم .. لأنكم تشبهون قبوراً مبيضة **تظهر من خارج جميلة**، وهى من داخل مملوءة عظام أموات وكل نجاسة » (مت ٢٣ : ٢٥ ، ٢٧) .

ونفس الوضع كان فى العهد القديم .

إذ أنه لم يقبل المظاهر الدينية من اليهود ، كالاحتفالات بأوائل الشهور والأصوام والصلوات والبخور والذبائح ، مع عدم نقاوة القلب ..!

فقيل فى سفر إشعياء : « لماذا لى كثرة ذبائحكم - يقول الرب - ... لا تعودوا تأتون بتقدمة باطلة . البخور هو مكرهة لى ... رؤس شهوركم وأعيادكم أبغضتها نفسى . صارت علىَّ ثقلاً . مللت حملها . فحين تبسطون أيديكم ، أستر عينى عنكم . وإن أكثرتم الصلاة ، لا أسمع .. أيديكم ملآنة دماً » (إش ١ : ١١-١٥) .

إن الله يهمه القلب قبل كل شيء ، وليس المظاهر الخارجية .

ولذلك فإنه قال ، « فوق كل تحفظ ، احفظ قلبك ، لأن منه مخارج الحياة » (أم ٤ : ٢٣) وقال أيضاً : « يا ابنى اعطنى قلبك ، ولتلاحظ عيناك طرقى » (أم ٢٣ : ٢٦) .

فالفضائل التى لا تنبع من القلب ومن الحب ، مرفوضة من الله ..

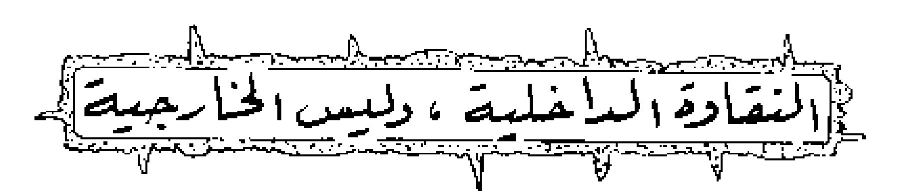
لأن الله لا يحب المظاهر الخارجية . انه يريد حقيقة الإنسان من الداخل . يريد مشاعره وعواطفه ومحبته ، وليس مجرد عمل خارجى لا قيمة له .

الصلاة من قلب نقى ، أو من قلب منسحق ، هى صلاة مقبولة . أما صلاة الأشرار فمرفوضة .

لهذا قبل الله صلاة العشار ، ولم يقبل صلاة الفريسى الممزوجة بالكبرياء والافتخار وإدانة الآخرين . كذلك لم يقبل صلوات هؤلاء الذين قال لهم : « أيديكم ملآنة دماً » (إش ١ : ١٥) كما أن الكتاب قال فى وضوح :

« **ذبيحة الأشرار مكرهة للرب** » (أم ١٥ : ٨) « ذبيحة الشرير مكرهة ، فكم بالحرى حين يقدمها بغش » (أم ٢١ : ٢٧) . وقال أيضاً : « مَن يحول أذنه عن سماع الشريعة ، فصلاته أيضاً مكرهة » (أم ٢٨ : ٩) .

لذلك ينبغى التركيز على النقاوة الداخلية ، التى هى المصدر الحقيقى لكل نقاوة من الخارج .



النقاوة الداخلية ، وليس الخارجية

أحياناً بعض الوعاظ والخدام والمربين ، يهتمون كل الأهتمام بالنقاوة الخارجية فقط ، ويركزون عليها .

فبالنسبة إلى الفتاة مثلاً : يهتمون بمظهرها .. هل تتفق ملابسها وقواعد الحشمة ؟ هل هى تسرف فى زينتها ؟ ويركزون عظاتهم على هذه السلبيات ..

ويتركون الباعث الداخلى الذى يكمن فى القلب ، وراء عدم الحشمة !

والمفروض أن يكون التركيز على الداخل : على محبة الله ، ومحبة الفضيلة ، ونقاوة القلب. وإذا صار القلب نقياً من الداخل ، وتخلص من المشاعر التى تدفع الفتاة إلى التبرج فى زينتها ، حينئذ هى نفسها ، من تلقاء ذاتها ستتخلى عن كل هذه المظهريات .

إن التوبيخ والعنف والضغط ، ليست هى الأمور التى تصلح . ربما تقدم مجرد مظهر خارجى .

و يبقى القلب فى الداخل كما هو ، بنفس رغباته وشهواته . وربما يضاف إليه التذمر والكبت والضيق .. أما إذا تنقى القلب ، فإنه حينئذ سينفذ كل تلك النصائح برضى واستماع ، و بدرجة أرقى من الناحية الروحية .

وبالمثل مع الشاب الذى يطيل شعره ، ويلبس ملابس غير لائقة به كشاب متدين ..

يحتاج أن يعرف ما هى معانى الرجولة ؟ وما هى مظاهر قوة الشخصية ؟ وكيف يمكنه أن يكتسب احترام الآخرين ؟ بالاضافة إلى نقاوة القلب . فإن اقتنع بكل هذا ، لابد سيترك كل تلك الأخطاء بدون توبيخ ، و بدون قهر ..

ليس المهم أن ننظف خارج الكأس ، بينما الداخل كله نجاسة :

إن الاصلاح من الداخل هو أكثر ثباتاً ورسوخاً فى النفس : وبه ينصلح الإنسان بطريقة حقيقية ، ولا يكون واقعاً فى تناقض ما بين داخله وخارجه . كما أنه لا يكون تحت ضغط ، بحيث يتلمس ظروفاً للانفلات من هذا القهر الخارجى !!

فلنبحث إذن عن الأسباب الداخلية التى تؤدى إلى الخطأ الخارجى ، ونعالجها :

خذوا الكذب مثلاً ، كظاهرة :

الشخص الذى يكذب ، هل ستصلحه عظات عن الكذب ؟ أو توبيخ له على كذبه ؟ أم أن الاعمق تأثيراً عليه واصلاحاً له ، هو البحث عن الأسباب التى تجعله يكذب : هل هى الخوف من إنكشاف شيء ؟ أو الرغبة فى الحصول على منفعة معينة ؟ أو القصد من الكذب هو التباهى ؟ أو التخلص من الاحراج ؟ أو السبب هو الخجل ؟ أم هى قد أصبحت عادة ، بحيث يكذب بلا سبب ؟ أم هو يكذب بقصد الفكاهة ، أو بقصد الإغاظة ؟ أو التلذذ بالتهكم على الناس ؟!!

نبحث عن سبب الكذب ، ونعالجه ، ونقنع صاحبه بعدم جدواه . ونقدم له حلولاً عملية للتخلص من كذبه ، أو بدائل لا خطأ فيها ..

كالصمت أحياناً ، أو الهرب من الاجابة بطريقة ما ، أو الرد على سؤال بسؤال ، أو الاعتذار من خطأ بدلاً من تغطيته بالكذب ، وكذلك الاقتناع بخطأ التباهى ، وخطأ التهكم على الناس . مع الاقتناع أيضاً بكسب ثقة الناس واحترامهم بأسلوب الصدق .

وهكذا نعالج الداخل ، فيزول الخطأ الخارجي تلقائياً ، كنتيجة طبيعية ...

وبهذا لا نهمل الخارج تماماً . وكيف ذلك ؟ ولماذا ؟

ولا نهمل الخارج

ليس الاهتمام بالداخل ، معناه أننا لا نهتم بأعمالنا الخارجية ...

فالمفروض أن نكون قدوة . كما أن أخطاءنا الخارجية قد تعثر الآخرين .

وفى هذا قال السيد الرب : « فليضىء نوركم هكذا قدام الناس ، لكى يروا أعمالكم الحسنة ، ويمجدوا أباكم الذى فى السموات » (مت ٥ : ١٦) وواضح من هذه الآية أن الغرض هو تمجيد الله ، وليس تمجيد الذات . وقيل أيضاً :

« معتنين بأمور حسنة قدام جميع الناس » (رو ١٢ : ١٧) .

لانه هكذا ينبغى أن يكون أولاد الله . وكما قال القديس يوحنا الحبيب : « كل مَن هو مولود من الله لا يفعل خطية.. بهذا أولاد الله ظاهرون..» (١ يو ٣ : ٩ ، ١٠) .

ومن جهة العثرات ، قال السيد الرب : « و يل لذلك الإنسان الذى به تأتى العـثرة » (مت ١٨ : ٧) .

فالمفروض أن يسلك الإنسان من الخارج سلوكاً حسناً مع اعتبارين :

١ ـ ان يكون ذلك لتمجيد الله ، وليس لتمجيد ذاته .

٢ ـ ان يكون السلوك الخارجى طبيعياً ، نابعاً من نقاوة القلب الداخلية .

وإن كنت لم تصل بعد إلى نقاوة القلب الداخلية ، فاغصب نفسك على ذلك .

حقاً أنه من فضلة القلب يتكلم اللسان . فإن كانت مشاعر قلبك لم تتنقَ بعد من

جهة بعض الناس ، فليس معنى هذا أن تخطىء إليهم بلسانك ، لكى يكون لسانك وقلبك فى خط واحد ! كلا . بل احترس بلسانك حتى لا تخسرهم .

ثم بعد ذلك عود قلبك أن يكون مثل لسانك فى كلامه الطيب .

وهنا يكون التغصب والرغبة فى كسب الناس باحترامهم ومحبتهم ، من الاعتبارات التى تضاف إلى وجوب السلوك الخارجى الحسن .

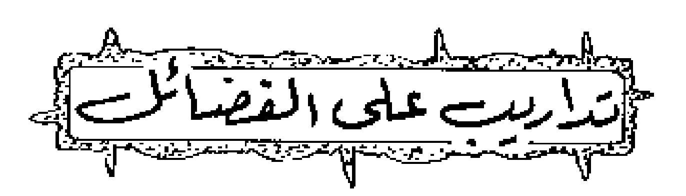
ولا يعتبر هذا لوناً من الرياء ، إنما يكون فى هذه الحالات لوناً من ضبط النفس .

وضبط النفس من الخارج لازم ومطلوب . و يدخل فى نطاق التدريبات الروحية التى يصل بها الإنسان إلى حياة النقاوة .

إذن نظف الداخل ليتفق مع الوضع الخارجى السليم . ولا تهبط بالخارج إلى مستوى الداخل ، إن كان داخلك غير سليم ..

المفروض أن تكون نقياً من الداخل ومن الخارج ، فحاول أن تصل إلى الأمرين معاً . وإن بدأت بأحدهما ، اكمل بالآخر أيضاً .

واحتراسك الخارجى ممدوح . ولكن لا تكن مكتفياً به ، بل أضف إليه النقاوة الداخلية . وليكن هذا هو تدريبك فى كل الفضائل .



خذ مثالاً هو الصوم ، من جهة السلوك الخارجى ، والعمل الداخلى .

ليس الصوم هو مجرد فضيلة خارجية خاصة بالجسد وحده . كأن يمتنع الجسد عن تناول ما يشتهيه من الطعام ، مع قهر نفسه على الانقطاع كلية عن الطعام فترة معينة ، إنما ينبغى أيضاً أن يمنع نفسه عن الأخطاء . و يتمشى منع النفس مع منع الجسد .

فإن كان لم يصل إلى هذا المستوى الروحى فى داخله فليس معنى هذا أن يكسر صومه و يفطر !

وإلا يكون قد انحل جسداً وروحاً ! بل عليه أن يدرب قلبه من الداخل ، ليتمشى

مع صوم الجسد من الخارج ، ولو بالجهد و بالوقت و بالتدريب ، إلى أن يصل بنعمة الرب .

و بهذا يمكننا أن نضع قاعدة روحية للتوازن بين المستويين الداخلى والخارجى، وهى هذا :

إن كان أحد المستويين مرتفعاً ، والآخر منخفضاً ، فارفع المنخفض إلى مستوى المرتفع .

ولكن لا تكتف مطلقاً بأن تسلك حسناً من الخارج . فالله ينظر إلى القلب . إنما جاهد باستمرار أن تنقى قلبك ، وأن يكون كل سلوكك الخارجى السليم مجرد تمهيد أو تدريب للعمل الجوانى .

وكثيراً ما تكون التنقية الخارجية وسيلة للتنقية الداخلية ..

مثال ذلك شاب ، تحاربه فى داخله أفكار شهوانية جسدية ومشاعر نجسة لا تتفق مع حياة العفة ، وربما تسبب له أحلاماً دنسة تتعبه .. أتراه يستطيع أن يسلك من الخارج هكذا ، ليكون خارجه تماماً كداخله ؟! كلا بلا شك ، وإلاَّ فإنه يضيع نفسه ، و يضيف إلى خطايا الفكر والقلب ، خطايا العمل والحس والجسد !

مثل هذا ، عليه أن يحترس جداً من الخارج . وهذا الاحتراس الخارجى يساعده على النقاوة الداخلية ، مع عدم الاكتفاء بالحرص الخارجى ..

لذلك لا تيأس مطلقاً . ولا تقل : ما فائدة النقاوة الخارجية ، إن كنت فى داخلى دنساً ؟! وما فائدة عفة الجسد ، إن كانت روحى زانية ؟!

هذه حرب من الشيطان ليوقعك فى اليأس وفى الخطية .

إن صمودك الخارجى يعنى رفضك للخطية . أضف إليه صموداً آخر ضد الأفكار. وثق أن الله لابد سيرسل نعمته لمعونتك ..

ومن أجل أمانتك من الخارج ، سيعينك الله من الداخل ، مادمت تطلبه وتستغيث به .

كن أميناً فى هذا القليل الذى هو الخارج ، فيقيمك الله على الكثير الذى هو النقاوة الداخلية .

ولكن فى نفس الوقت لا تهمل داخلك ، فالله يريد القلب . جاهد فى داخلك ، أيضاً ..

ادخل فى حرب الأفكار فى الداخل ، كما انتصرت فى حرب الجسد والحواس من الخارج ..

وسيتعاون الأمران معاً . احتراسك من الخارج ، سيمنع عنك حروباً داخلية كثيرة . وعلى الأقل سوف لا تحارب فى ميدانين فى وقت واحد . وحرصك الخارجي سيدخل عنصر الحرص فى حياتك ، و يدربك على الحرص من الداخل أيضاً . ثم يضاف إليها معونة تأتيك من فوق ، يرسلها الله مكافأة على امانتك ...

إن الأشخاص المبتدئين ، قد يكتفون بالانتصار فى الحروب الخارجية ، لكنهم يتدرجون بعد ذلك إلى الدخول فى الحروب الداخلية وهى أصعب ولكنها أعمق جداً ، وتوصل إلى نقاوة القلب والفكر . و بذلك يصبح القلب مسكناً لله .

ونقاوة القلب تعني رفضه للخطية وكراهيته لها . والوصول إلى ذلك يساعده تماماً فى الانتصار على الحروب الخارجية ، إذ لم يعد لها سلطان عليه .

حتى إن جاءته الخطية فى حلم ، وهو ليس فى وعيه ، يكون عقله الباطن متنبهاً لها تماماً ، ورافضاً لها . وهكذا لا يمكن أن يخطىء فى احلامه ، لأن قلبه وعقله يرفضانها . وان حدث أن الخطية ضغطت عليه جداً فى حلم ، بالحاح شديد للتنفيذ ، لابد حينئذ سيستيقظ ، لأن قلبه النقي يرفض أن يخطىء . و ينطبق عليه قول الرسول :

« ولا يستطيع أن يخطىء » (١ يو ٣ : ٩) .

و يبرر الرسول ذلك بقوله : « لأن زرعه يثبت فيه » و يقول عنه أيضاً أنه « يحفظ نفسه ، والشرير لا يمسه » (١ يو ٥ : ١٨) .

هذا من الناحية السلبية ، من جهة الخطية . فماذا أيضاً من الناحية الإيجابية ؟ نقول :

إذا تنقى القلب ، تكون كل أعماله الفاضلة دوافعها روحية ، ومن أجل الله وحده ..

وأيضاً من أجل الله ، وليس من أجل الذات .

فلا يكون فعله للخير ، من أجل أن تكبر ذاته فى عينيه ، أو من أجل أن تكبر ذاته فى أعين الناس ... وكلا الأمرين يدخلان فى نطاق خطية المجد الباطل التى تدفع إلى خطية الرياء.. وما أدق قول السيد المسيح عن ذلك فى حديثه عن الكتبة والفريسيين :

« وكل أعمالهم يعملونها ، لكى تنظرهم الناس » (مت ٢٣ : ٥) .

وهنا يدخلون فى خطية محبة المظاهر الخارجية . و يكون الخير الذى يفعلونه ليس خيراً حقيقياً ، إذ قد امتزج بمحبة الذات ، ومحبة المجد الباطل ، ولا يكون هدفه نقياً . ليس هدفه محبة الله ، ولا محبة الخير، وليس مقصوداً لذاته ، وليس صادراً عن طبيعة نقية . وهنا يسأل البعض :

هل معنى هذا أننا لا نفعل الخير أبداً أمام الناس ؟ حتى لا ينظروننا ، وحتى لا يأتينا مديح منهم بسبب ذلك !!

كلا طبعاً ، فالكتاب يقول : « معتنين بأمور حسنة قدام جميع الناس » (رو ١٢ : ١٧) .

ومن جهة المديح ، كان الرسل والقديسون جميعاً يقابلون بمديح من الناس . ومازال المديح يلاحقهم حتى بعد موتهم . ولم يكن فى ذلك خطية . ومن غير المعقول أن يتوقف البار عن عمل الخير تماماً ، لكى ينجو من مديح الناس !!

إذن كيف نوفق بين كل هذا ، وبين الوصايا الخاصة بعمل الخير فى الخفاء !!

هوذا الرب يقول : « متى صليت ، فادخل إلى مخدعك واغلق بابك ، وصل إلى أبيك الذى فى الخفاء . وأبوك الذى يرى فى الخفاء ، يجازيك علانية » (مت ٦ : ٦) ، وقوله أيضاً : « متى صنعت صدقة ، فلا تعرف شمالك ما تفعله يمينك » (مت ٦ : ٣) ، وقوله أيضاً : « ... لكى لا تظهر للناس صائماً ، بل لأ بيك الذى فى الخفاء » (مت ٦ : ١٨) .

وللتوفيق بين كل ذلك أقول لك :

١ ـ على قدر امكانك أعمل الخير فى الخفاء .

ولكنك فى أحوال كثيرة قد لا تستطيع . فأنت أمام الناس تذهب إلى الكنيسة وتصلى، وتواظب على الاجتماعات ، و يرونك وأنت تتناول باستمرار، وتصوم كل الأصوام الكنسية . وخدمتك معروفة فى الكنيسة ، وربما عطاياك للفقراء تصير معروفة ، مثل عطايا الأنبا إبرام أسقف الفيوم ، والأرخن إبراهيم الجوهرى ، والأنبا صرابامون أبو طرحة .

فما هو الحل أمام هذه المعرفة ؟

٢ ـ ليست خطيئة أن يعرف الناس ما تفعله من خير ، إنما الخطيئة هى أن يكون الهدف من عمل الخير هو أن يراه الناس ويمدحوه ..!!

وهذا ما عناه السيد المسيح بقوله : « متى صنعت صدقة ، فلا تصوت قدامك بالبوق كما يفعل المراؤون فى المجامع وفى الأزقة ، لكى يمجدوا من الناس » (مت ٦ : ٢) .

وأيضاً قوله : « فانهم يحبون أن يصلوا قائمين فى المجامع وفى زوايا الشوارع، لكى يظهروا للناس » (مت ٦ : ٥) . وأيضاً « فانهم يغيرون وجوههم ، لكى يظهروا للناس صائمين » (مت ٦ : ١٦) .

واضح هنا أن الهدف هو أن يظهروا للناس ، ولكى يمجدوا من الناس .. هنا المظهرية ، أو محبة المظاهر الخارجية .

فإن كنت تفعل الخير ، وقلبك نقى من محبة المظاهر ، وليس هدفك أن يراك الناس ، بل تهرب من هذا .. إذن لا يهمك مطلقاً أن يعرف الناس أنك فعلت ذلك .

٣ ـ اهرب من معرفة الناس .. فان عرفوا ، لا تجعل ذلك يؤثر على قلبك . انسه ولا تهتم .

القديس بولس الرسول قال عن خدمته وخدمة معاونية : « بصيت حسن ، وصيت ردىء » « بمجد وهوان » (٢ كو ٦ : ٨) . ولم يرتفع قلبه بالمجد ولا بالصيت الحسن .

والقديس مقاريوس الكبير قال : كن كالميت الذى لا يبالى بكرامة ولا بهوان .

٤ ـ إن وصل المديح إلى اذنك ، لا تدخله إلى قلبك . بل تذكر ضعفاتك وخطاياك ، لكى تغطى عليه .

٥ ـ وهناك أمور تستطيع أن تخفيها حتى فى أعمالك الظاهرة . فقد يعرف الناس أنك صائم ، ولكنك بقدر إمكانك تخفى عنهم درجة صومك ، من جهة موعد انقطاعك والاصناف التى تأكلها . فان عرف البعض شيئاً منها ، لا تجعل الكل يعرفون .

وبالمثل فى العطاء ، قد يعرفون انك تعطى ، ولا يعرفون كل ما تُعطى...

وقد يعرف البعض أنك تصلى ، ولكنهم لا يعرفون حالة قلبك فى الصلاة .

وقد يعرف البعض أحياناً بالنسبة إلى الصلوات العامة ، كصلوات الكهنة فى القداسات .

ونصيحتى فى هذا الأمر أن ينسى الكاهن تماماً أن هناك شعباً يسمعونه . ويركز فقط فى أنه قائم أمام الله ، وأنه يخاطب الله وحـــده سواء سمعه الناس أم لم يسمعوه..

فإن جعل فى ذهنه أن يعجب الناس بصلاته ، يكون قد وقع فى محبة المظاهر؟

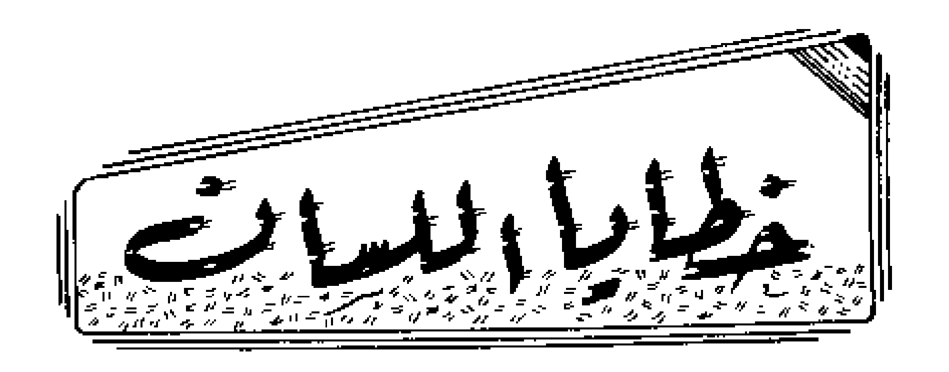
ولا تكون الصلاة هنا موجهة إلى الله ، وإنما موجهة إلى الناس ، من أجل الذات !

كذلك إن قام الكاهن بأنشطة كثيرة **ووضع فى نفسه أن يعجب بها الناس ، وليس أن يخدم بها الملكوت .**

وهنا يكون قد وقع فى المظهرية ، ويزيد الأمور سوءاً ، إن كانت مجرد أنشطة ومشروعات ، ولا نصيب للروح فيها..

وبعد ، يخيل إلىَّ أننا لابد أن نلتقى حول هذا الموضوع مرة أخرى لتكميله ، إن أحبت نعمة الرب وعشنا..

الفصل التاسع



• أخطار اللسان

اللسان سيف ذو حدين ، يمكن أن يستخدم فى الخير ، كما يمكن أن يستخدم فى الشر ولهذا قال الكتاب :

« بكلامك تتبرر ، وبكلامك تدان » (مت ١٢ : ٣٧) .

وقد قال الرب للعبد البطال : « من فمك أدينك أيها العبد الشرير» (لو ١٩ : ٢٢) . وداود النبى قال للغلام الذى بشره بموت شاول الملك : «فمك شهد عليك» (٢صم ١ : ١٦) ولما تكلم بطرس قالوا له : « لغتك تظهرك » . وقال الرب فى خطورة الكلام البطال :

« كل كلمة بطالة تكلم بها الناس ، سوف يعطون عنها حساباً فى يوم الدين» (مت ١٢ : ٣٦) .

والمقصود بالكلمة البطالة ، ليس فقط الكلمة الشريرة ، إنما أيضاً الكلمة التى بلا منفعة .

ذلك لان الله لم يخلق اللسان عبثاً ، وإنما خلقه لفائدة ، إن لم يؤدها يكون طاقة معطلة . فليس كل فضل اللسان أنه لا يخطىء . بل لابد أن يكون له عمل إيجابى . لانه هل من المعقول أن توجد آلة ، كل فائدتها أنها لا تضر أحداً ؟! أم لابد أن يكون لها إنتاج مفيد ؟ هكذا اللسان..

لذلك فالثرثرة إحدى خطايا اللسان .

لأنها استخدام للسان بطريقة خاطئة ، وربما بطريقة مزعجة . ولانها أيضاً اضاعة لوقت السامع ، ولوقت المتكلم كذلك..

ولأن اللسان قد ينفع وقد يضر ، لذلك يتعجب الرسول قائلاً : « ألعل ينبوع ينبع من نفس عين واحدة : العذب والمر؟! » (يع ٣ : ١١).

وخطورة اللسان يشرحها القديس يعقوب الرسول باستفاضة ، بقوله :

« إن كان أحد لا يعثر فى الكلام ، فذاك رجل كامل ، قادر أن يلجم كل الجسد أيضاً » (يع ٣ : ٢).

و يقول فيه أيضاً - هكذا اللسان - هو عضو صغير و يفتخر متعظماً . هوذا نار قليلة ، أى وقود تحرق . فاللسان نار، عالم الإثم.. يدنس الجسم كله ، و يضرم دائرة الكون ، و يضرم من جهنم (يع ٣ : ٥، ٦).

وفى خطورة اللسان ، أعتبرت خطيئته دنساً ، وأعتبرت أيضاً نجاسة :

وفى هذا قال السيد المسيح أيضاً عن نجاسة خطايا اللسان : « ليس ما يدخل الفم ينجس الإنسان، بل ما يخرج من الفم، هذا ينجس الإنسان» (مت ١٥ : ١١).

إذن النجاسة ليست هى خطايا الزنا مثلاً ، بل أيضاً خطايا اللسان !

وهذا يعطى خطايا اللسان خطورة :

ولهذا وصفها القديس يعقوب الرسول بأنها سم مميت ، وشر لا يضبط وعالم الإثم ، وتدنس الجسد كله ، وتضرم من جهنم..

• أخطاء اللسان

ما أكثر الأخطاء والخطايا التى يقع فيها اللسان . من الصعب حصرها .

منها خطايا الكبرياء :

مثل الافتخار، وتبرير الذات ، و يدخل فيها العناد ، -المقاوحة- ومقاطعة الآخرين أثناء كلامهم ، ليتكلم هو الحديث بغطرسة .

من أخطاء اللسان ، خطايا الكذب :

مثل الكذب الصريح ، والمبالغة ، وأنصاف الحقائق ، والغش ، والخداع ، والتضليل ، والتلفيق ، وشهادة الزور ، والمغالطة والمكر .

كذلك توجد أخطاء للسان ضد المحبة .

مثل كلام الشتيمة ، والنرفزة ، والسب واللعن ، وإدانة الآخرين ، وتحقيرهم . والتهكم عليهم ، ومسك سيرتهم ، والغيبة ، والنميمة ، والدسيسة . كذلك الفاظ التهديد ، والتعيير وافشاء أسرار الناس ، والتشهير بهم ، والقاء المسئولية عليهم والهروب من المسئولية ونشر الشائعات .

ومن هذه أيضاً : خطايا القسوة :

ومنها الكلام الجارح الموجع الذى لا يبالى فيه قائله بمشاعر مَن يتحدث إليه . وكذلك ألفاظ التهديد والتخويف ، وما إلى ذلك .

ومن خطايا اللسان : عدم العفة :

مثل القصص البطالة ، والفكاهات الماجنة ، والأغانى العابثة ، والعبارات الجنسية ، وكل كلام الاغراء ، والكلام المكشوف ، والأسلوب غير المهذب ، والأسلوب الوقح ، وما تستحى الأذن الحسنة المحتشمة من سماعه .

كذلك توجد أخطاء للسان فى العقيدة .

مثل كلام التجديف ، ونشر الشكوك فى الدين والعقيدة ، ونشر البدع والهرطقات وإعثار العارفين بها ، واستخدام اسم الله باطلاً ، وتشويه الفكر بالخرافات .

وهناك أخطاء هى صغر نفس :

مثل كلام التملق ، والمديح الزائف ، ومجاراة المخطئين فى أخطائهم . والسلوك بلسانين ، ومع كل ريح ، والنفاق ، والرياء ، وكثرة الشكوى والتذمر ، وعبارات الخوف واليأس ..

• ملاحظة هامة

تشبه خطايا اللسان ، خطايا أخرى تنضم إلى نفس الموضوع ، وان لم تكن خطايا لسان بالمعنى الحرفى للكلمة ..

ونعنى بها الألفاظ ، التى قد لا يلفظها الإنسان بشفتيه ، ولكنه يلفظها على ورق مكتوب ، أو على ورق مطبوع .

إنها نفس الخطايا ، ونفس الحرب وقد تكون أكثر بشاعة من خطايا اللسان . لأن الذى يسجل على نفسه كتابة أو طباعة ألفاظاً من هذا النوع إنما يدل على استهانته بمسئولية هذه الألفاظ ..!

وعلى كل فالخطية هى نفس الخطية .

سيان ان تشتم إنساناً بلسانك ، أو أن تشتمه فى ورقة .

الشتيمة هى نفس الشتيمة .. والاستهانة بالشخص ونفسيته ، هى نفس الاستهانة . والدوافع النفسية فى الحالين هى نفس الدوافع ، ولكن قد تختلف المسئولية من حيث اختيار الأسلوب الكتابى بدلاً من الأسلوب الشفاهى ..

وهل السبب هو أن الكتابة أسهل من المواجهة ؟.. إذ يجرؤ إنسان أن يكتب ألفاظاً ، لا يجرؤ أن يقولها مواجهة ؟

وعلى أية الحالات ، فان خطايا اللسان تدل على خطايا أخرى تقف معها وتسببها : خطايا داخل القلب .

• خطايا مصدرها القلب

قد يغضب اللسان ، ويتلفظ أثناء غضبه بألفاظ شديدة غير لائقة ، ومع ذلك قد يعتذر عنه أصدقاؤه ، بأنه على الرغم من أخطائه هذه ، قلبه أبيض ..

وهذا خطأ واضح ، لأن القلب الأبيض الفاظه بيضاء مثله ، وقد قال الكتاب : «من فضلة القلب (أو من فيض القلب) يتكلم اللسان» (مت ١٢ : ٣٤) .

« الإنسان الصالح ، من كنز قلبه الصالح ، يخرج الصالحات ، والإنسان الشرير: من كنز قلبه الشرير، يخرج الشرور - لأن من الثمر، تعرف الشجرة » (مت ١٢ : ٣٣-٣٥).

إذن الألفاظ الخاطئة ، تدل على وجود نفس الأخطاء داخل القلب .. فخطية اللسان هنا خطية مزدوجة.

الألفاظ القاسية تدل على قلب قاسٍ والألفاظ المتكبرة تدل على قلب متكبر والألفاظ المستهترة تدل على قلب مستهتر، والألفاظ الحاقدة تدل على قلب حاقد.. وهكذا.

فالذى يريد أن يصلح ألفاظه ، عليه أن يصلح قلبه أولاً .

وإلاَّ فانه سوف يقع فى خطية أخرى هى الرياء ، إن كان يقول ألفاظاً بلسانه ، هى عكس المشاعر التى فى قلبه ، أو إن كان يدعى مشاعر فى قلبه ، عكس الألفاظ التى يقولها لسانه.

إذن خطايا اللسان ، ليست هى مجرد خطايا لسان ، بل هى فى واقعها خطايا مركبة ..

فخطية اللسان ، غالباً ما تكون الخطية الثانية أو الثالثة ..

• خطية ثانية أو ثالثة

ولنضرب مثالاً بخطية الكذب :

يندر أو يستحيل ، أن تكون خطية الكذب هى خطية أولى : وإنما فى غالبية الحالات أو فيها كلها ، تكون خطية ابنة لخطية أم.

فالكذب خطية يغطى بها الإنسان خطية أخرى سابقة لها ، وغالباً ما ترتبط بالكذب خطية ثالثة هى الخوف .

فنتيجة للخطية التى يراد إخفاؤها ، متحدة بخطية الخوف ، تتولد خطية الكذب ، ويكون ترتيبها : الخطية الثالثة..

وكثيراً ما يعترف الإنسان على الأب الكاهن ، بأنه قد يكذب ، دون أن يذكر الخطيئتين الأخريين .

وخطية النرفزة كذلك ، هى خطية ثالثة أو رابعة ..

الألفاظ الشديدة أو القاسية ، التى يقولها الإنسان فى نرفزته ، لم تصدر من فراغ .. إنما هى قد ولدت من خطايا أخرى ، ربما منها محبة الذات وكرامتها أو مصلحتها ، مع خطية عدم الاحتمال ، وكذلك خطية القسوة وأيضاً عدم محبة أو احترام الشخص الذى وجهت إليه هذه الألفاظ .. من هذه الخطايا الأربع تولد خطية الألفاظ القاسية فى النرفزة ، وتكون هى الخطية الخامسة فى الترتيب .

والذى يريد أن يعالج نفسه من الغضب ومن الفاظه القاسية ، عليه أن يعالج قلبه أولاً من الخطايا الأربع السابقة .

أما إذا أراد أن يبرر نفسه فى غضبه وفى ألفاظه القاسية ، فان الكلام الذى يلفظه لسانه لتغطية نرفزته ، إنما يشكل خطية سادسة فى الترتيب ، هى خطية تبرير الذات .

فالمفروض فى الإنسان الروحى انه لا يبرر ذاته ، إنما يدين ذاته .

بنفس الوضع إن فحصنا جميع خطايا اللسان ، سنجدها كلها خطايا مركبة يمكن بتحليلها ان تشمل كل منها عديداً من الخطايا ..

وبالاضافة إلى كل هذا ، نضع :

• 

١ - النتيجة الأولى هى أن الكلمة التى خرجت من فمك ، لا تستطيع أن تسترجعها .

ربما تندم عليها ، أو تحاول تبريرها أو الاعتذار عنها . ولكن الأمر الذى خرج عن إرادتك هو أن غيرك قد سمعها ، بكل ما يحمل هذا السماع من تأثيرات .

وهنا تختلف خطايا اللسان عن خطايا الفكر وخطايا القلب التى هى داخلك. أى التى هى قاصرة عليك وحدك ، لم تنكشف أمام الآخرين .

وهنا ننتقل إلى النتيجة الثانية ، وهى :

٢ ـ تأثير خطايا اللسان على سامعيها :

لنفرض أنك حقدت على إنسان ، وساءت مشاعرك من نحوه . مازال هذا الأمر داخل قلبك لم يصل إليه ، ولم يسىء إلى العلاقة بينك وبينه ، أو لم يزدها سوءاً ..

أما إن انكشفت مشاعرك بألفاظ أساءت إليه ، فكيف تعالج الأمر ؟

لم يعد الأمر هنا قاصراً على خطية داخلك إنما تطور إلى علاقة خارجية .

وربما تحاول أن تُصلح هذه العلاقة فلا تستطيع ، أو أن تصالح مَن سمع إساءاتك ، فيرفض ذلك ، لأن ردود الفعل التى حدثت نتيجة لكلامك ، مازال تأثيرها يعمل داخل قلبه ، وربما لا يغفر بسهولة .

فإن كان كلام الإساءة قد سمعه آخرون أو سمعه كثيرون ، حينئذ تكون الدائرة قد اتسعت .

فقد يتحمس له الذين سمعوا ، وقد تتغير قلوبهم نحوك أو يردون بالمثل وربما يغفر لك مَن أسأت إليه ، ولا يغفر لك مَن سمعوا إساءتك .

وحتى الذى يغفر ، ربما يكون قد أخذ عنك فكرة ، لا يستطيع بسهولة أن يغيرها ..

وبقدر ما يكون كلامك جارحاً ، فعلى هذا القدر يكون تأثيره أعمق . وقد يزداد التأثير أن كانت لهجة صوتك تماثل قسوة ألفاظك ، وتشابهها ملامحك ، وهكذا تكون الأمور قد إزدادت تعقيداً ..

كلما تكلمت ، ضع أمامك أن ذاكرة الناس ربما لا تنسى .

إنك قد تنفس عن مشاعرك الداخلية ولكنك للأسف تنسى مشاعر سامعك ، وتأثراته ، وفكرته التى يأخذها عنك وكذلك فكرة باقى السامعين ، أو مَنْ يسمعون عما حدث بطريق غير مباشر .. لذلك حسناً قال الكتاب إنك « بكلامك تدان » .

٣ ـ من النتائج الأخرى لخطايا اللسان :

إنك قد تتوب عن هذه الخطايا ، بينما سامعك لا يتوب ، ويطالبك الله بدمه ..

كلامك ربما يغرس خطية معينة فى ذهن أو قلب سامعك : قد تكون خطية شك، إن كان كلامك يحوى شكوكاً ، وقد يتغير قلبه من جهة أشخاص آخرين نتيجة لتشهيرك بهم . وقد صدق ما قلته أنت من كذب ، و يترك ذلك فى نفسه أثراً ، وقد يردد ما رو يته من حكايات ماجنة ونكات بذيئة ، و يتأثر بها هو ومَنْ يسمعه .

ثم تتوب أنت عن خطايا لسانك ، ولا يتوب مَنْ سمعك ، فماذا يكون موقفك ؟

وكيف تعالج خطايا مَنْ أخطأ بسبب كلامك ؟ أم تظل خطاياه محسوبة عليك ، مستمرة ضدك حتى بعد توبتك .

وربما تبقى من الخطايا التى لا تعرفها لأنك لم تدر عمق خطاياك باللسان وعمق نتائجها بالنسبة إلى غيرك ..

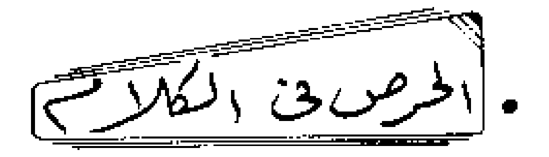
ما أسهل انك تقدم للناس مبدأ خاطئاً يسيرون عليه . ثم تصحح أنت هذا المبدأ داخلك ، بينما يكون سامعوك قد جعلوه دستوراً لحياتهم ..

حقاً إن خطايا اللسان ليست خطايا عقيمة . فما أكثر أولادها ..

وفى خطورة خطايا اللسان ، تأمل قول الرب فى العظة على الجبل :

« مَنْ قال لأخيه رقاً ، يكون مستوجب المجمع ، ومَنْ قال يا أحمق يكون مستحقاً نار جهنم » (مت ٥ : ٢٢) وقد قال القديس أوغسطينوس : إن كلمة رقا هى أقل عبارة تدل على عدم احترام .

لهذا ينبغى الاحتراس جداً من أخطاء اللسان ، ومن قسوة الألفاظ ، ومن عبارات التهكم والاستهزاء .

• 

أول قاعدة هى الابطاء فى الكلام .

لا تسرع إطلاقاً فى كلامك ، وبخاصة لو كنت فى حالة انفعال أو غضب ، فربما لا تستطيع أن تضبط نفسك ، ولا أن تدقق فى اختيار الألفاظ المناسبة فتكون عرضة للخطأ ، وتذكر قول الرسول :

« ليكن كل إنسان مسرعاً فى الاستماع مبطئاً فى التكلم ، مبطئاً فى الغضب ، لأن غضب الإنسان لا يصنع بر الله » (يع ١ : ١٩ ، ٢٠) .

وإن غضبت ، نصيحتى لك أنك لا تسرع بالرد ، لا تتكلم ولا تكذب .. إنما هدىء نفسك أولاً ، لأن إنفعالك هو الذى سوف يجيب ، وليس عقلك ولا روحك .. والانفعال خطر عليك وعلى سامعك ، وربما لا تستطيع معالجة نتائجه .

وإن كنت رئيساً لغيرك ، أو من رجال الدين ، أو أباً جسدياً ، فلا تعط نفسك الحق فى الكلام بلا ضابط أو بلا مراعاة لمشاعر غيرك .

لأن ـ الكبار ـ كثيراً ما يعطون أنفسهم حقوقاً أزيد مما يجب ، لا يراعون فيها إحساسات مَن هم أصغر منهم سناً أو مركزاً ، محتجين بأن لهم الحق فى أن يوبخوا وأن يؤدبوا وأن يعلموا ناسين أن كل هذا ينبغى أن يكون بلياقة وحسب ترتيب (١ كو ١٤ : ٤٠) وناسين قول الكتاب : « لتصر كل أموركم بمحبة » (١ كو ١٦ : ١٤) وناسين أن من ثمر الروح : « لطف » (غل ٥ : ٢٢) .

إنه أمر محزن ، أن يفقد ـ الكبار ـ أبديتهم فى توبيخ مَنْ هم أصغر منهم ..

وأمر محزن أيضاً أن يظن ـ الكبار ـ أنه قد رفعت عنهم التكاليف .. فما عاد الله يطالبهم بالوداعة والتواضع والرقة وآداب الحديث ، كأنهم ارتفعوا فوق مستوى الوصية ..

لذلك لا تكن كبيراً فى عينى نفسك واستمر حريصاً فى كلامك ..

قديسون كثيرون وجدوا أن الصمت علاج نافع لأخطاء اللسان .

وهوذا المرتل يقول : « ضع يارب حافظاً لفمى ، باباً حصيناً لشفتى » (مز ١٤٠) بل أن القديس العظيم الأنبا أرسانيوس معلم أولاد الملوك يقول عبارته المشهورة :

[كثيراً ما تكلمت فندمت . وأما على سكوتى ، فما ندمت قط] .

لذلك حاول أن تدرب نفسك على الصمت ، وإن تكلمت ، فليكن كلامك للضرورة ، وباختصار وحسب حاجة الموقف ، وبصوت هادىء رصين .. وتذكر أنه قيل عن السيد المسيح انه كان :

« لا يخاصم ولا يصيح : ولا يسمع أحد فى الشوارع صوته » ..

ولا تكن شغوفاً بتعليم غيرك ، أو بالحديث عن معلوماتك ، أو بالتحدث فى أى موضوع حتى لو كان خارج دائرة اختصاصك . واعلم أن الخطأ فى التعليم ـ وبخاصة فى مجال الدين ـ له أضرار أخطر بكثير من إساءة مشاعر أحد بالكلام . وهوذا الرسول يقول :

« لا تكونوا معلمين كثيرين يا إخوتى عالمين أننا نأخذ دينونة أعظم . لأننا فى أشياء كثيرة نعثر جميعنا » (يع ٣ : ١ ، ٢).

ونصيحة أخرى ، انك فى كلامك مع كل أحد ، راع آداب الحديث . ولعلنى أكلمك عنها فى كتاب عن الصمت والكلام ، إن أحبت نعمة الرب وعشنا .

حاول أن تأخذ درساً من كل أخطائك السابقة فى الكلام .

ولتكن كل كلمة من كلامك بميزان دقيق .. وليكن كلامك للمنفعة .



الفصل العاشر



نوعان من القساوة

موقف المسيح من القسوة

صفات القلب القاسى

أسباب قساوة القلب

معالجة القسوة

نوعان من القسوة

إن قسوة القلب لها إتجاهان : قسوة نحو الله ، وقسوة نحو الناس .

القسوة نحو الله ، هى الرفض المستمر لله وإغلاق القلب أمامه ، وعدم الانجذاب نحو إحسانات الله ومحبته التى يظهرها لنا ، ولا لقرعه على باب قلوبنا .

أما القسوة نحو الناس ، فمظهرها قسوة المعاملة : الكلمة القاسية ، والنظرة القاسية ، والعقوبة القاسية والتوبيخ القاسى ، وقد تكون القسوة على الجسد فى تعذيبه ، أو قد تكون قسوة على النفس فى إذلالها وسحقها والتشهير بها ، والعنف فى معاملتها .

والإنسان الخاطىء يقع فى الأمرين معاً .

وعكس القسوة : الرحمة والحنو والعطف والاشفاق . وما أكثر كلام السيد المسيح عن الرحمة ، حتى انه قال : «طوبى للرحماء فانهم يرحمون» (مت ٥ : ٧) . وجعل الرحمة شرطاً لدخول الملكوت (مت ٢٥ : ٣٥ ، ٣٦) وقد حرم غنى لعازر من الملكوت ، لأنه لم يشفق على لعازر (لو ١٦ : ٢١) .

موقف المسيح من القسوة

كان يشفق على الزناة والخطاة ، ويقبل دموع التائبين منهم ، ويعاملهم بكل حنان ، مثلما دافع عن المرأة الخاطئة التى ضبطت فى ذات الفعل (يو ٨ : ٧) .

ولكنه فى نفس الوقت ، ما كان يقبل القساة مطلقاً ، بل كان يوبخهم بشدة .

لقد وبخ الكتبة والفريسيين المتشددين فى الدين ، لانهم كانوا فى تعليمهم « يحزمون أحمالاً ثقيلة عسرة الحمل ، و يضعونها على أكتاف الناس ، وهم لا يريدون أن يحركوها بأصبعهم » (مت ٢٣ : ٤) .

ولذلك قال لهم : « و يل لكم أيها الكتبة والفريسيون المراؤون ، لانكم تغلقون ملكوت السموات قدام الناس فلا تدخلون أنتم ، ولا تدعون الداخلين يدخلون » (مت ٢٣ : ١٣) .

إن القسوة كثيراً ما تكون مظهراً أو نتيجة لكبرياء القلب . لذلك كان الرب أيضاً ضد المتكبرين . بل يقول الكتاب : « الرب يقاوم المستكبرين » (١ بط ٥ : ٥ ؛ يع ٤ : ٦) .

وهكذا يدعو الله دائماً إلى الحنان والعطف . ويحذر القساة من أنهم سوف يلاقون نفس المعاملة ، و يعاملون بنفس الأسلوب . فيقول لهم : « بالكيل الذى به تكيلون ، يكال لكم و يزاد » و يقول لهم أيضاً : « بالدينونة التى بها تدينون تدانون » (مت ٧ : ١ ، ٢) .

فليحترس القساة إذن ، وليخافوا على أنفسهم من قساوة أنفسهم .

إن القساوة حرب شيطانية . ومَن يتصف بها يشابه الشيطان فى صفاته . لأن القسوة ليست من صفات الله ، بل الله رحيم باستمرار ، شفوق على الكل ..

وليست القسوة مكروهة من الله فقط ، بل أيضاً من الأ برار أصحاب القلوب الرقيقة . وهكذا نرى أن يعقوب أبا الآباء يوبخ قسوة أبنيه شمعون ولاوى ، فيقول عنهما :

« ملعون غضبهما فانه شديد ، وسخطهما فانه قاس » (تك ٤٩ : ٧) .

إن القلب الطيب قريب من الله . انه مثل عجينة لينة فى يد الله ، يشكلها مثلما يشاء ، بعكس الأشرار الذين لهم قلوب صخرية صلبة قاسية ، لا تخضع لعمل الله فيها

ولا تستجيب ولا تتشكل .. ولذلك يحذرنا الرسول من هذه القسوة فيقول :

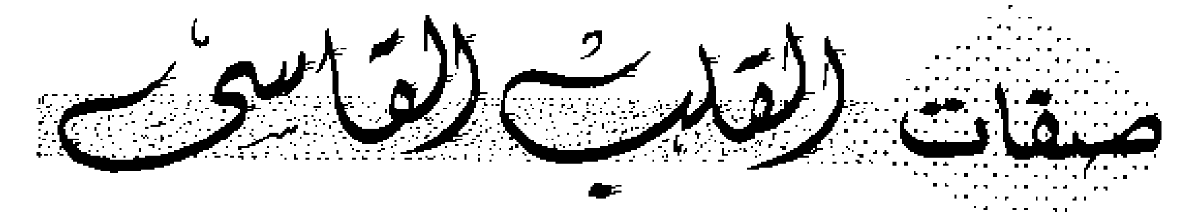
« **إن سمعتم صوته ، فلا تقسو قلوبكم** » (**عب ٣ : ٨ ، ١٥ ؛ عب ٤ : ٧**) .

إن الله ينظر إلى الخطية باستمرار على اعتبار أنها قساوة قلب ، لان القلوب الحساسة لا تعاند الله مطلقاً ، ولا تغلق أبوابها فى وجهه . انها حساسة لصوت الله ولدعوته ، سريعة الاستجابة له . تتأثر جداً بمعاملات الله وبعمل نعمته . وان بعدت عنه تحن إلى الرجوع بسرعة .

أقل حادثة تؤثر فيها . وكل كلمة من الله تذيب قلبها وتعيده إليه .

وعكس ذلك كان فرعون فى قساوة قلبه ، إذ كان لا يلين مطلقاً ولا يتوب مهما كانت الضربات شديدة ..!

القلب القاسى إذن : توبته ليست سهلة ، وتأثره بوسائط النعمة ضئيل جداً ووقتى وسريع الزوال ، بل قد لا يتأثر على الاطلاق ..! وهذا يجعلنا ندرس موضوعاً هاماً وهو:



القلب القاسى ـ من جهة تعامله مع الله ـ يعيش فى جو من اللامبالاة . كلمة الله لا تترك تأثيرها فى قلبه . بل كما حدث مع أهل سادوم ، لما كلمهم لوط وحذرهم من غضب الله « كان كمازح فى أعين أصهاره » (تك ١٩ : ١٤) .. كلمة الله بالنسبة إلى قلوب القساة مثل بذار وقع على صخر .

القاسى القلب ، ليس فقط لا يتأثر بكلام الروح ، بل قد يسخر ويتهكم ، ويرفض السماع !

ويرفض المجال الذى تقال فيه كلمة الله وذلك إذا تقسى قلب إنسان من جهة الله ، يبعد عن الكنيسة والاجتماعات ، ويبعد عن الكتاب المقدس وعن الصلاة ، وعن كل الممارسات الروحية . ولا تعود هذه الأمور تؤثر فيه كما كانت قبلاً ..

تصبح وصايا الله ثقيلة عليه ، بينما الثقل هو فى قلبه ..

قلبه قاس لا يتأثر بأى دافع روحى لا يتأثر بحنان الله ، ولا بانذاراته وعقوباته . ولا يتأثر بالحوادث ولا بالأحداث ، لا بالمرض ولا بموت أحبائه ولا تؤثر فيه صلاة ولا كلمة روحية . واحسانات الله يقابلها بنكران للجميل أو ينسبها إلى أسباب بشرية . و ينطبق عليه قول الرب :

« بسطت يدى طول النهار إلى شعب معاند ومقاوم » (رو ١٠ : ٢١) .

وهكذا فان قساوة القلب تقود إلى العناد والمقاومة . وربما شخص مخطىء تشرح له خطأه لمدة ساعات طو يلة ، وكأنك لم تقل شيئاًهومصرّعلى موقفه ، يرفض أن يعترف بالخطأ . القلب صخرى لا يستجيب ..

ما أصعب أن تتخلى النعمة عن مثل هذا الشخص ، كما قال الرب : « فسلمتهم إلى قساوة قلوبهم ، ليسلكوا فى مؤامرات أنفسهم » (مز ٨١ : ١٢) .

أو كما قيل : « أسلمهم الله إلى ذهن مرفوض ليفعلوا ما لا يليق » (رو ١ : ٢٨) لذلك أسلمهم الله إلى أهوان الهوان (رو ١ : ٢٦) .

وهكذا إذا استمرت قساوة القلب ، تكون خطيرة جداً ، لانها تقود إلى التخلى من جانب الله ، والضياع من جهة الإنسان ..

الإنسان الحساس دموعه قريبة . أما القاسى ، فيندر أن تبتل عيناه .

مهما كانت الأسباب .. لأن الدموع دليل على رقة الشعور ، والقاسى لا رقة فى مشاعره ، سواء فى تعامله مع الله أو مع الناس ..

بل على العكس ، تقوده قساوة القلب إلى الحدة وإلى الغضب .

فالقاسى تشتعل مشاعره ضد الآخرين بسرعة ، ويحتد ، و يثور ، و يهدد و ينذر ولا يحتمل أن يمسه أحد بكلمة . وفى نفس الوقت لا يراعى مشاعر الآخرين بجرح غيره بسهولة وفى لامبالاة . ولا مانع من أن يهين غيره و يشتمه . ولا يتأثر من جهة وقع الألفاظ عليه ..

وهنا يجمع القاسى القلب بين أمرين متناقضين : فيكون حساساً جداً من جهة المعاملة التى يعامله بها الناس ولا إحساس من جهة وقع معاملته على الآخرين .

فهو إذا وبخ غيره بحق أو بغير حق يكون كثير التوبيخ وعميقه . وإذا غضب على أحد ، يكون طويل الغضب وعنيفه .

فى قسوته لا يحتمل أحداً ، ويريد أن يحتمله الكل ، فلا يثورون لثورته بل يتقبلونها فى شعور بالاستحقاق لما ينالهم منه :

على كل ، القسوة منفرة ، ومَن يستسلم لحروب القسوة ، يخسر الناس ويفشل فى حياته الاجتماعية ..

لذلك احترسوا جميعاً من قساوة القلب « وكونوا لطفاء بعضكم نحو بعض » (أف ٤ : ٣٢) وتذكروا أنه من ثمار الروح : « وداعة ولطف وطول أناة » (غل ٥ : ٢٢) . ومن ثمارها أيضاً المحبة والسلام ..

مادام الأمر هكذا ، فلنعرف ما هى أسباب قساوة القلب لكى نتفاداها .



من جهة قساوة قلب الإنسان من نحو الله فان أهم سبب هو محبة الخطية .

• محبة الخطية •

إن محبة الخطية تسبى القلب ، فتجعله يتعلق بها ، وينسى الله وكل ما يختص به ، بل ينظر إلى الله كعدو يريد أن يمنعه عن الخطية التى يحبها . وهكذا يتقسى قلبه من جهته .

ولعله لهذا السبب قال الكتاب إن « محبة العالم عداوة لله » (يع ٤ : ٤) .

الشاب الغنى لما أحب المال ، تقسى قلبه أمام المسيح ، وتركه ومضى حزيناً (مت

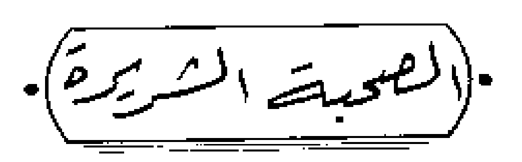
١٩ : ٢٢) . وامرأة لوط لما أحبت خيرات سادوم ، تقسى قلبها حتى حينما كان الملاك ممسكاً بيدها ولم تنظر إلى الله الذى انقذها ومحبته لها بل نظرت إلى سادوم ، فتحولت إلى عمود ملح (تك ١٩) .

وأكثر من الشاب الغنى وامرأة سادوم ، تقسى قلب فرعون ، لما أحب سلطته من جهة وأحب أن ينتفع بتسخير شعب بأكمله. لذلك لم يستفد من كل المعجزات والضربات .

كذلك فان الوجوديين الملحدين الذين أحبوا أن يتمتعوا بوجودهم بعيداً عن وصايا الله من أجل محبتهم للعالم تقسى قلبهم حتى أنكروا وجود الله نفسه . وقال فيلسوفهم : [خير لى أن الله لا يوجد ، لكى أوجد أنا] !

ومحبة الخطية أثرت على شمشون الجبار فنسى نذره ونسى كرامته ، وباح بسر قوته ، إذ كان قد تقسى قلبه من جهة الله فى تلك اللحظات بالذات ، فنسى كل شيء .

ولا ننسى أن قساوة القلب تجعل الإنسان يتمسك بالخطية ويؤجل التوبة وكلما يسمع صوت الرب فى قلبه ، يطغى عليه صوت الخطية ومحبة العالم والجسد فيتقسى القلب ويرفض عمل النعمة فيه ..



قد يتقسى القلب أيضاً بسبب الصحبة الشريرة وتأثيرها على الإنسان .

ونضرب مثلاً لذلك آخاب الملك ومدى تأثير زوجته ايزابل الشريرة عليه فى تقسية قلبه .

لقد كان آخاب حزيناً لا يعرف كيفية الحصول على حقل نابوت اليزرعيلى . واضطجع على سريره ولم يأكل خبزاً (١ مل ٢١) . ولكن ايزابل رسمت له الخطة كيف يلفق تهماً حول نابوت اليزرعيلى ، وكيف يتمكن من قتله والحصول على حقله ..

فتقسى قلب آخاب ، وقام من حزنه و يأسه ، ونفذ الخطة وقتل نابوت .

ومن تأثير الصحبة الشريرة فى تقسية القلب نصائح الشباب لرحبعام ابن سليمان فى معاملة الشعب الذى طلب تخفيف النير عنه ..

كان الشيوخ قد نصحوه بالهدوء واللين والحب فى معاملة الشعب . وقالوا له : « إن صرت اليوم عبداً لهذا الشعب ، وخدمتهم واحببتهم وكلمتهم كلاماً حسناً ، يكونون لك عبيداً كل الأيام » (١مل ١٢ : ٧) .

ولكن الشباب أدخلوا القساوة إلى قلبه ، واقنعوه بأهمية السلطة والكرامة ووجوب خضوع الناس له .

وقالوا له : هكذا تخاطبهم قائلاً « ان خنصرى اغلظ من متنى أبى . أبى أدبكم بالسياط ، وأنا اؤدبكم بالعقارب . أبى حملكم نيراً ثقيلاً . وأنا أزيد النير عليكم » (١مل ١٢ : ١١، ١) . ونفذ رحبعام نصيحة الشباب بكل قوة وكانت النتيجة إنشقاق المملكة عنه .

ما أسهل أن يتقسى قلب أى شاب بأصدقاء يتأثر بهم ، يدخلون فى قلبه معانى جديدة عن القوة والبطولة ، أو عن الحرية ، والحقوق التى يطلبها ..

وهكذا يثور على كل سلطة ورئاسة سواء فى البيت أو المدرسة أو الشارع بل قد يثور أيضاً على النظام وعلى القانون و يرى الرجولة فى أن يفرض رأيه . وكثير من الشباب فى بعض بلاد الغرب يرفضون الخضوع لآبائهم حينما يكبرون ، بحجة الحرية الشخصية .

و يعتبر الشاب أن نصيحة والده له ، هى مجرد رأى ، قابل للصحة والخطأ يمكن أن يأخذ به أو لا يأخذ !

وهكذا يتقسى قلبه من جهة والده ، وأيضاً من جهة أى أب روحى أو مرشد و يعتز برأيه ، و يعتد برأيه . و يصر على أنه صاحب القرار، مهما كان حدثاً أو قليل الخبرة فى الحياة !

إننا نحتاج أن نربى أولادنا منذ طفولتهم المبكرة حتى لا تتلقفهم أفكار جديدة عليهم ، تتلفهم وتقسى قلوبهم .

نحتاج أن نحصن أولادنا قبل أن تقسى قلوبهم أفكار تدفعهم إلى الجدل فى البديهيات، ورفض كل شىء لمجرد الرفض..

الأفكار التى تصور لهم الطاعة ضعفاً والخضوع خنوعاً، والهدوء خوفاً وجبناً وفى تقسية قلوبهم تقلب لهم كل الموازين فيفرحون بهذا إحساساً بالوجود والشخصية..

وإن تكلمنا عن أثر الصحبة الشريرة فى تقسية القلب، لا نقصد بهذه الصحبة مجرد أشخاص، وإنما أيضاً الكتب والمطبوعات وكل وسائل الأعلام، والوسائل السمعية والبصرية، التى يجب أن نتأكد من سلامتها.

وما نقوله عن الصغار، يمكن أن نقوله عن الكبار أيضاً: فى محيط الأسرة مثلاً..

مثال ذلك زوجة تقسى قلب زوجها على أولاده من زوجة سابقة. وتظل تحدثه عن أخطائهم وخطورتها حتى يثور عليهم و يقسو فى معاملتهم.. أو مثل أم تظل تصب فى أذن ابنها المتزوج أحاديث عن أخطاء زوجته، أو إهانات هذه الزوجة لها حتى تتغير معاملته لزوجته و يقسو عليها..

فعلى كل إنسان أن يكون حريصاً ولا يسمح للقسوة أن تزحف إليه من الآخرين ولا يصدق كل ما يسمعه.



من أسباب قساوة القلب أيضاً الكبرياء التى تدفع الإنسان إلى أن يبالغ فى كرامته وعزة نفسه، واحترام الناس له، بأسلوب يجعله يقسو على كل شخص يشعر أنه يمس كرامته فى شىء..

والكبرياء تجعل القسوة تظهر فى ملامحه وفى نظراته، وفى حدة صوته وفى نوعية ألفاظه، وطريقة معاملاته.

الطبع والوراثة

وقد تكون من أسباب القسوة طباع موروثة . وهنا قد يسأل البعض :

ما ذنب إنسان ورث طبعاً قاسياً ، بينما غيره قد ولد وديعاً ، وليس فى حاجة إلى بذل مجهود لمقاومة قسوة فيه ؟!

وهنا نقول إن الطبع يمكن تغييره مهما كان موروثاً . والذى يبذل جهداً لتغيير طبعه تكون مكافأته عند الله أكثر.

وأمامنا مثال القديس موسى الأسود الذى تغيرت طباعه من القسوة الشريرة إلى العكس ، وصار وديعاً خدوماً محباً للآخرين .

هناك أسباب أخرى للقسوة ليس الآن مجالها ، إنما ذكرنا ما سبق كمثال .. ونريد أن نختم بكلمة بسيطة عن :

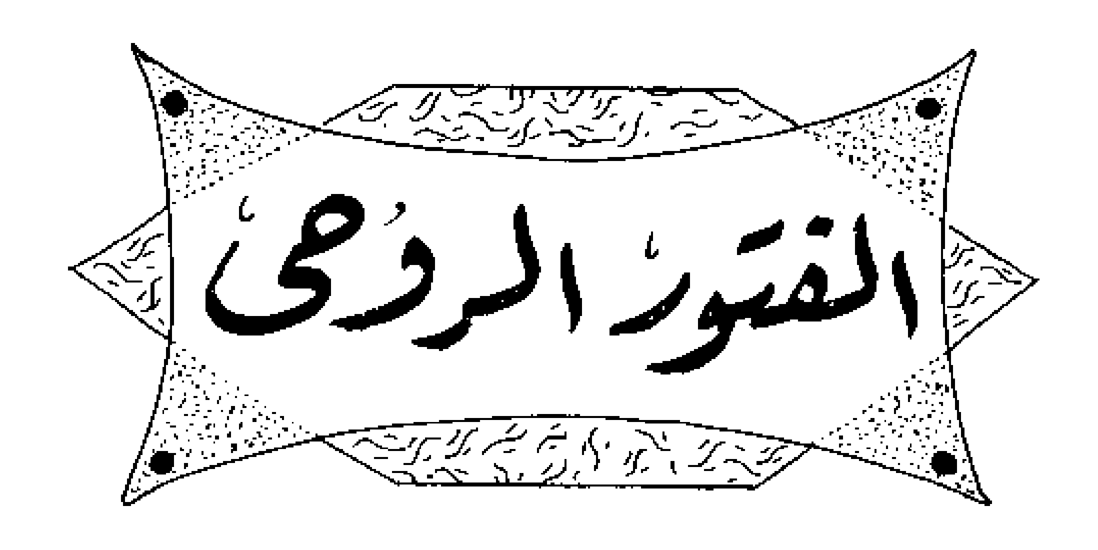
معالجة القسوة

يمكن معالجتها بحياة التوبة كالقديس موسى الأسود . ويمكن أن يكون ذلك بمعاشرة الودعاء والرحومين وما يتركونه فى النفس من تأثير وقدوة حسنة .. يُضاف إلى هذا قصص القديسين الذين أشتهروا بالوداعة والطيبة والشفقة على كل أحد .

ويمكن أن يأخذ الإنسان درساً من مضار كل مناسبة تقسى قلبه فيها .

كذلك مما يساعد على رقة القلب الاتصال بآلام المجتمع ، وخدمة المحتاجين والفقراء ، والمرضى والعجزة والمعوقين واليتامى والأرامل . وكذلك المساهمة فى حل مشاكل الناس . ومما يساعد على رقة المشاعر ألوان من الموسيقى الهادئة وعلاج لتوتر الأعصاب ، مع الصلاة أن يغير الله الطبع القاسى .

الفصل الحادى عشر



الحرارة والفتور

أنواع من الفتور

مظاهر خطيرة للفتور

من الحب إلى الروتين

أسباب الفتور وعلاجها :

الانشغال عن الله

البعد عن التوبة

الاكتفاء وعدم النمو

خطورة المتكآت الأولى

دخول الآخرين إلى حياتك

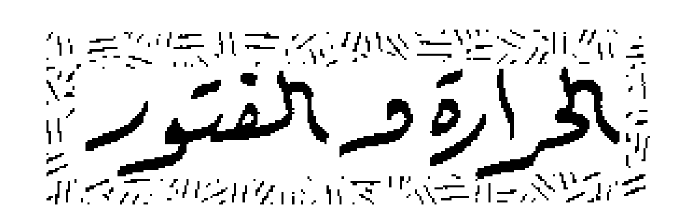
البعد عن وسائط النعمة

الظن أن الروحيات ممارسات

وجود خطية أو شهوة

الكبرياء ، وتقليل فترة الانسحاق

الكسل والتهاون



الحرارة والفتور

الفتور هو نقص فى الحرارة الروحية ، والكتاب يطلب منا أن نكون « حارين فى الروح » (رو ١٢ : ١١) .

والروح القدس حل فى يوم الخمسين كألسنة من نار (أع ٢ : ٣) ألهبت الرسل القديسين . والله ظهر لموسى النبى كنار ملتهبة فى العليقة (خر ٣ : ٢) وقد قيل أيضاً : « إلهنا نار آكلة » (عب ١٢ : ٢٩) .

فالذى يحل فيه روح الله ، لابد أن يكون حاراً فى الروح .

تكون الحرارة فى قلبه ، وفى حبه وفى صلاته وعبادته وخدمته . حرارة تشمل حياته كلها . وكل مكان يحل فيه يلتهب بحرارته ، يلتهب بالنشاط ، وبالغيرة المقدسة التى فيه .

الإنسان الروحى يحب الله والناس . والمحبة شُبهت فى الكتاب المقدس بالنار وقيل فى ذلك : « مياه كثيرة لا تستطيع أن تطفىء المحبة » (نش ٨ : ٧) .

لذلك فالخادم المحب يلتهب ناراً ، كما قال بولس الرسول عن خدمته :

« **مَن يعثر ، وأنا لا ألتهب ؟** » (٢ كو ١١ : ٢٩) . وهذه الحرارة التى فى الإنسان الروحى تسرى إلى غيره .

والملائكة القديسون الذين يعملون عمل الرب بكل حرارة ونشاط ، قيل عنهم : « الذى خلق ملائكته أرواحاً ، وخدامه ناراً تلتهب » (مز ١٠٤ : ٤) .

غير أن كثيرين من أولاد الله الروحيين لا تستمر معهم الحرارة الروحية، فيصيبهم الفتور.. ولا يبقون على محبتهم الأولى. وتكون هناك أسباب بلا شك قد أدت إلى هذا الفتور.

إنهم يؤدون صلواتهم، ولكن ليس بنفس الحب - ولا بنفس العمق، ولا بنفس الروح. وهم يقرأون الكتاب ولكن بلا تأثر، وكذلك الاجتماعات الروحية والقداسات لم يعد لها نفس التأثير في قلوبهم كما كانت قبلاً.

أصبحت عبادتهم كأنها جسد بلا روح، لها صورة التقوى، وليس لها قوتها (٢ تى ٣ : ٥). يكلمون الله دون أن يشعروا بوجوده أمامهم، ولا بوجوده فى حياتهم.

وما أشد كراهية الله لهذا الفتور، كما عبر عن ذلك فى سفر الرؤيا.

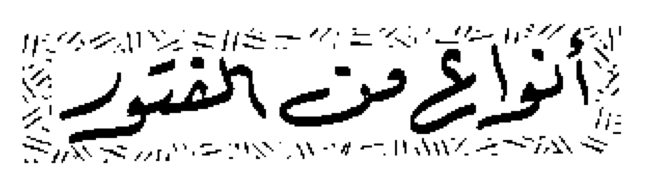
إذ قال لملاك كنيسة لاودكية:

« هكذا لأنك فاتر، ولست بارداً ولا حاراً، أنا مزمع أن أتقيأك من فمى » « ليتك كنت بارداً أو حاراً » (رؤ ٣ : ١٦، ١٥).

على أن حالة الفتور هى حالة نسبية بالنسبة إلى مستواها

فما يعتبر فتوراً بالنسبة إلى القديسين الكبار، قد يعتبر حرارة بالنسبة إلى الأشخاص العاديين؟

إنهم نزلوا درجة عن مستواهم العالى ولكنهم لايزالون أعلى بكثير من غيرهم على الرغم من نزولهم هذا.



هناك فتور عادى يحدث لجميع الناس حتى للقديسين، وهناك فتور خطر، يهدد الحياة الروحية بالسقوط. وهناك فتور نسبى، إذا قورنت حياة روحية لشخص بحياته فى فترة أخرى، وكل منهما قوية..

الفتور العادى هو مظهر لطبيعتنا القابلة للميل، التى لا تستقر على الدوام

في خط قوى دائم الارتفاع.

أما الفتور الخطر، فهو الذى يستمر مدة طويلة، ويكون بعمق، وبدون توبيخ داخلي. وقد يعتاده الإنسان، فلا يبذل جهداً للقيام منه. وقد يلبس أحياناً ثياب الحملان.

كإنسان تعود على جو الكنيسة، فأصبح بالاعتياد يدخلها بلا هيبة لها ولا وقار، وبلا خشوع منه ولا تأثر. وقد ينهى فيها ويأمر، ويرفع صوته ويصيح. وربما يتخذ حجة حفظ النظام لكى ينتهر ويقسو، أو يقاطع الكاهن أو الشماس فى صلاته مصححاً خطأ نحوياً ويبحث فى كل ذلك عن روحياته فلا يجدها، أو قد لا يبحث ظاناً انه يفعل شيئاً حسناً.

وهنا يكون قد تحول من الفتور إلى الخطية .. دون أن يشعر. أو قد يشعر ويحاول تبرير ذاته.

يكون فى حالة الفتور قد فقد وداعته، أو فقد اتضاعه، أو فقد احترامه للمكان، واحترامه للآخرين..



مظاهر خطيرة للفتور

الفتور هو عملية هبوط. كيف ؟

الفتور هو هبوط من الحب إلى الروتين. أو هبوط من الروح إلى العقلانية. أو هبوط من فضائل الروح إلى فضائل الجسد. أو هو هبوط من الإنشغال بالله إلى الانشغال بالناس.

أو الفتور هو توقف فى الحركة .. أو هو تعامل مع الله من الخارج، وليس من الداخل. أو هو الاهتمام بالفضائل من حيث مقياس الطول، وليس مقياس العمق...

وكل بند من هذه الأمور له حديث طويل سنحاول هنا أن نوجزه ونشرح ليس فقط مظاهر الفتور، وإنما أيضاً أسبابه..

من الحب الى الروتين

المفروض فى الحياة الروحية أن تكون حباً لله ، يتخلل كل فضيلة من الفضائل .

فأنت تصلى لانك تحب الله ، وتقول : « إشتاقت نفسى إليك يا الله كما تشتاق الارض العطشانة إلى الماء » (مز ٦٣) ، « محبوب هو اسمك يارب فهو طول النهار تلاوتى » (مز ١١٩) .

أما فى حالة الفتور ، فقد تتحول الصلاة إلى واجب،إلى فرض ، تؤديه لكى لا يتعبك ضميرك ، ويتهمك بالتقصير.

وقد تصلى بغير رغبة ، وبغير عاطفة وبغير حرارة ، وربما أيضاً بغير فهم . وتفقد عناصر الصلاة الروحية ، فلا تكون صلاة بانسحاق وبخشوع ، ولا تكون الصلاة بإيمان ، ولا بتأمل ، ولا بحب ، وإنما أنت تصلى وكفى . وقد تحولت الصلاة إلى روتين .

وما يُقال عن الصلاة فى حالة الفتور قد يُقال أيضاً عن باقى الوسائط الروحية .

فتصبح قراءتك للكتاب روتينية أيضاً تقرأ بغير فهم ، ولا تأمل ، وبغير تطبيق على حياتك وبغير تداريب ، وبغير لذة فى كلام الله ، كما قال داود النبى :

« فرحت بكلامك كمَن وجد غنائم كثيرة » (مز ١١٩) وإنما تقرأ كروتين وواجب ..

لعلك بدأت حياتك الروحية بالحب الإلهى ، ولكنك لم تستمر . فلماذا ؟

ربما أوصلك إلى هذا الفتور ، اهتمامك بالكمية ، وليس بالنوعية ، فتحولت إلى شكلية العبادة .

تريد أن تصلى عدداً من المزامير ، وعدداً من الصلوات ، وتريد أن تقرأ عدداً معيناً من الاصحاحات ، وتضرب عدداً محدداً من المطانيات .

وفى ذلك لا يهمك : كـيف ؟

لم تعد تهمك الروح ، وإنما العدد.فإن وصلت إلى هذا العدد ، تصبح للأسف راضياً عن نفسك، ولا يهمك مدى رضى الله عن أسلوبك هذا.

وعلى رأى مار إسحق ، حينما تعرض لموضوع كهذا ، نصح بأنك ينبغى أن تقول لنفسك ، أنا ما وقفت أمام الله لكى أعد ألفاظاً..

ومعلمنا بولس الرسول فضل خمس كلمات بفهم على عشرة آلاف بلسان (١ كو ١٤ : ١٩).

وربما ، لكى تكمل واجبك هذا ، يدخل فى صلاتك عنصر السرعة ، ومع السرعة عدم الفهم وعدم التأمل.

وهكذا يكون هدفك أن تنتهى من أداء هذه الفريضة !! التى يسميها الرهبان قانوناً - ولا يكون هدفك هو المتعة بالحديث مع الله فى حب.

وانحراف الهدف عن مساره الروحى يوصلك حتماً إلى الفتور ، لانه يبعدك عن روحانية الصلاة التى تسبب حرارتها.

كثيرون فى بدء استلامهم للألحان ، كانوا لا يحفظونها ، وكذلك الابصلمودية فكانوا يصلونها ببطء ، وبالتالى» بتأمل وبروح• وبالمران لما وصلوا إلى مرحلة الحفظ ، إزدادت سرعتهم تباعاً ، حتى أصبحوا يرتلون التسبحة فى سرعة ربما لا تتضح فيها الألفاظ تماماً.

ومع السرعة والحفظ ، قل الفهم ، وقلت المشاعر ، وقل التأمل ، وأصبحت الألحان مجرد موسيقى تخلو من روح الصلاة.

إذا حوربت بشيء من كل هذا ، أو بكل هذا معاً ، قل لنفسك : أنا أريد أن أصلى. أريد أن أكلم الله من قلبى ، ولو بكلمات قليلة ، مثلما كلمه العشار بجملة واحدة ، ومثلما خاطبه اللص على الصليب بعبارة واحدة.

لذلك ربما يكون من أسباب فتورك اكتفاؤك بالصلوات المحفوظة ، تتلوها ولا تصليها .. دون أن تضيف إليها صلوات خاصة تقولها من قلبك ، ومن عاطفتك.

ما أعمق صلوات المزامير وباقى الصلوات المحفوظة . ليتك تصليها بفهم ومن قلبك .. إنها كنوز روحية ، ولكن بالاضافة إليها ، تحتاج أن تصلى صلواتك الخاصة ، بألفاظ من عندك تعبر عما فى قلبك ، تخاطب بها الله فى صراحة كاملة وفى حب ، كأنك واقف أمامه تراه .

ادخل فى تداريب هذه الصلوات الخاصة ، كلما حوربت بالفتور ، وأيضاً فى فترات حرارتك الروحية ، وتأمل نتيجتها فى حياتك .

اخرج إذن من عبودية الكمية والسرعة والروتين والقانون ، وحاول أن تصلى بروح ، وبفهم ، وعاطفة . وكذلك أفعل فى كل وسائطك الروحية . ولكن احذر من أن تهبط إلى أسفل .

إن كنت فى فتور ، صل عدداً أقل ولكن بعمق أكثر ، ثم حاول أن تصل إلى نفس الكمية بنفس العمق ..

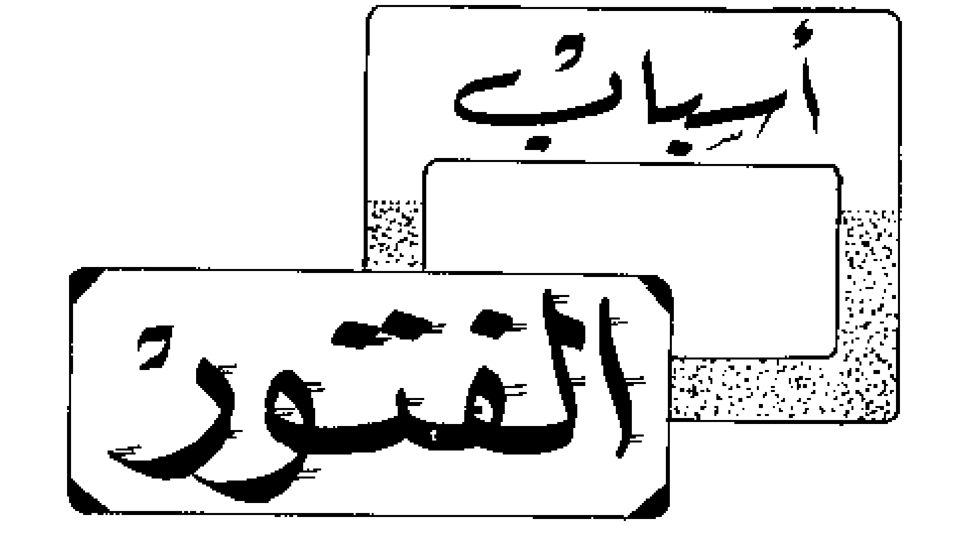
وإلاَّ فأثبت عند العدد القليل ، فالعمق أهم ، انه يعالج فتورك ..

والفتور لا يقتصر مطلقاً على موضوع الصلاة والقراءة والتأمل ، وباقى الوسائط الروحية ، إنما قد يوجد فتور أيضاً فى مشاعر القلب الداخلية ، وفى ثمار الروح المتنوعة ، وفى الحياة الروحية بوجه عام ... فربما الغيرة المقدسة فى الخدمة ليست كما كانت فى حرارتها السابقة . وربما الاشتياق إلى التكريس قد قل وفتر . أو الحرارة فى محاسبة النفس وفى حياة التوبة قد فقدت قوتها ... إلخ .

وفى موضوع الفتور ، ربما نجد مظاهره وأسبابه قد تشابهت ...

فالإنشغال عن الله مثلاً : قد يكون مظهراً من مظاهر الفتور ، وقد يكون أيضاً سبباً للفتور ... وسياسة الاكتفاء وعدم النمو : قد تكون أيضاً من أسباب الفتور ، كما أنها مظهر من مظاهره . وقد تحدثنا فى هذا الفصل عن الانتقال من الحب إلى الروتين كمظهر من مظاهر الفتور . ويمكن أن نعتبر هذا الانتقال إلى الحياة الروتينية من أسباب الفتور أيضاً . لذلك سنتابع باقى الحديث عن الفتور تحت عنوان أسبابه ونتائجه .

نتتقل إلى سبب آخر من أسباب الفتور وهو المشغولية .



وعلاجه

الانشغال عن الله

من أخطر أسباب الفتور أن ينشغل الإنسان إنشغالاً لا يجد فيه وقتاً لله أو وقتاً لروحياته ..

ولا يصبح العمق لله ، بل للمشغوليات ولا تكون لله الأولوية ، بل يوضع فى آخر القائمة .. وهكذا تضيع الوسائط الروحية التى تبعث الحرارة فى القلب فيفتر.

والمشغوليات على أنواع : بعضها عالمية ، وبعضها فى نطاق الخدمة الدينية ..

قد ينشغل الإنسان بمسائل عائلية ، أو بدراسة ، أو بأى نشاط من الأنشطة أو ينشغل بتسلية أو بهواية ، أو بعمل .. بحيث لا يجد وقتاً لروحياته الخاصة ..

ولمثل هذا نقدم نصيحتين :

١ ـ تحتاج إلى تنظيم وقتك ..

٢ ـ ماذا ينفع الإنسان ، لو ربح العالم كله وخسر نفسه (مت ١٦ : ٢٦) .

ولكى تنظّم وقتك ، بحيث تترك فيه جزءاً لروحياتك ، لابد أن تشعر بقيمة الوسائط الروحية فى حياتك ، وبقيمة أبديتك ، فإن وصلت إلى هذا التقييم ستصل بالتالى إلى الاهتمام ، ثم تخصص وقتاً لروحياتك مهما كانت مشاغلك .

واحترس من المشغوليات الخاصة بالخدمة والكنيسة ، لانها أحياناً تعطلك عن روحياتك ، بأسلوب يرضى عنه ضميرك ..

اعرف تماماً انه إن ضعفت روحياتك ضعفت بالتالى خدمتك ، ولا يكون لها ثمر.. لان الخدمة ليست مجرد نشاط إنما هى روح تنتقل من شخص لآخر.. وهى حياة يمتصها المخدوم من الخادم .

واعرف أن الخدمة ليست عذراً يبرر منعك عن التمتع بالله وعشرته .. كما أن الله لا يطالبك بخدمة تبعدك عن الصلاة والتأمل ، والحياة السرية معه ..

أنت تحتاج إذن إلى أن تنظم خدمتك ..

وتذكر قصة الابن الكبير الذى قال لأبيه : « ها أنا أخدمك سنين هذه عددها .. وجدياً لم تعطنى قط ، لأفرح مع أصدقائى » (لو ١٥ : ٢٩). ومع خدمته هذه الطويلة ، كانت مشيئته ضد مشيئة الآب ، وكانت روحياته ضعيفة ، فى حديثه مع أبيه ، وفى حديثه عن أخيه ، وفى عدم مشاركته لأبيه فى فرحه بعودة هذا الأخ .

فلا تكن مثل هذا الابن الكبير ، الذى خدم خدمة عطلته عن التمتع بأبيه ، وعن الاهتمام بنفسه وروحياته ..

وحاول أن تقبل من المشغوليات ما هو فى حدود طاقتك .

ومن أجل روحياتك ، تنازل عن بعض المشغوليات ، وما أكثر المشغوليات التى يسهل التنازل عنها ، مثل بعض المسليات ، وبعض المقابلات ، وكثير من الأحاديث ..

وعلى الأقل تستطيع أن ترفع قلبك إلى الله ، بين الحين والحين أثناء مشغولياتك حتى إن أخذت كل وقتك ، لا تأخذ كل قلبك .. ولا تجعلها تأخذ كل وقتك ، لأنك لا تملك هذا الوقت كله لتبعثره .. أين ملكية الله ؟

ولا أريد أن أحدثك عن ملكية الله لكل حياتك .. وإنما على الأقل فى وسط مشغولياتك العديدة ، ليتك تتذكر أمرين هامين من جهة نصيب الله فى وقتك .

١ - اذكر يوم الرب لتقدسه ..

٢ - اذكر وصية البكور فى وقتك .

اعرف انك إن كنت أميناً فى تنفيذ وصية يوم الرب . فلابد ستأخذ منها رصيداً روحياً يمنع عنك الفتور طول الاسبوع التالى..

ولو كنت أميناً فى وصية البكور ، وأعطيت الله بكور يومك ، فإن الحرارة الروحية التى تأخذها من هذا ، ستبقى معك طول يومك ، وستدفعك إلى تخصيص أوقات أخرى لروحياتك..

٣ ـ ملاحظة أخرى أقولها لك :

إنك إن إنشغلت طول يومك فى عمق بأمور العالم ، فإن هذه الأمور ستملك داخلك ، وتسيطر على قلبك وفكرك بحيث إذا وقفت بعدها للصلاة ، تجد عقلك يسرح فيها ، وتكون صلاتك فاترة .

وهكذا حينما نتكلم عن المشغولية ، كسبب من أسباب الفتور ، لا نقصد فقط مشغولية الوقت ، وإنما مشغولية القلب والفكر أيضاً.. وهى مشغولية أكثر خطراً ، لأنها تدخل إلى داخل الإنسان..

٤ ـ لذلك وضعت لنا الكنيسة المقدسة نظام الصلوات السبع ، حتى تقطع مشغوليات اليوم بصلة مع الله..

ووضعت هذه الصلوات ، بحيث لا تمر ثلاث ساعات ، دون أن يرفع الإنسان قلبه إلى الله ، ويتحدث معه بعيداً عن مشغوليات العالم واهتماماته وهكذا يحتفظ بحرارته الروحية .

لهذا إن كنت أميناً فى صلوات النهار ، لن تفتر ، لأن ذكر الله لم ينقطع من ذهنك طول اليوم .

لا شك أنه من أسباب الفتور ، الغربة عن الله فترة طويلة ، كما يحدث للبعض الذين يصلون صلاة باكر وصلاة النوم ، ولا صلاة يصلونها فيما بينهما ، فى أدق ساعات النهار وأكثرها مشغولية ، وأكثرها محاربات وعثرات .

أتريد أن تبعد عن الفتور ، ارفع قلبك بين الحين والحين إلى الله ، ولو بجملة واحدة ، أو صلاة قصيرة لا تستغرق دقيقة واحدة ، أو عدة ثوان .

البعد عن التوبة

إثنان هما حرارة فى الروح .

أحدهما قريب العهد بالتوبة ، متضع ومنسحق القلب ، ودموعه قريبة من عينيه ، و يريد أن يعوض السنوات السابقة التى أكلها الجراد .. لذلك فهو يجاهد بكل حرارة لكى يصل .

والثانى هو إنسان وصل إلى الحب الإلهى :

والحب فى قلبه نار تلتهب ، تملأ قلبه بالحرارة الروحية ، سواء فى صلواته أو فى خدمته ، أو أى عمل روحى يعمله .

أما الذى هو فى وضع متوسط ، فإنه يكون فى فتور .

إنه يشبه الشعب الإسرائيلى فى البرية ، لا هو خارج من أرض العبودية يطلب من الله الخلاص و يرى عجائب الله معه .. ولا هو وصل إلى كنعان فى أرض تفيض لبناً وعسلاً ، ولا هو يتغذى بالمن والسلوى.هكذا الذى فى المرحلة المتوسطة :

لا هو فى حرارة التوبة .   ولا هو فى حرارة الحب .

ليست له حرارة العشار الواقف من بعيد ، ولا يجرؤ أن يرفع نظره إلى السماء. وليست له حرارة يوحنا الرسول الذى يتكىء على صدر المسيح فى دالة وفى حب .

إنما فى مرحلة متوسطة ، فاترة .

يشتاق إلى الأيام التى كان فيها يبكى على خطاياه ، فلا يجدها ..

لقد غطت عليه شكلية من عبادة لا روح فيها ولا عمق ...

إنه الآن يصلى و يصوم ، و يقرأ الكتاب ، ويحضر الاجتماعات الروحية و يعترف يتناول ، وربما يخدم أيضاً . وفى كل هذا لا يجد سبباً لانسحاق القلب ..

وقد مرت عليه فترة بعيداً عن السقوط فقد معها تبكيت الضمير من الداخل ، وفقد لشعور بعدم الاستحقاق ، وفقد دموع التوبة وحرارتها. وفى نفس الوقت يمارس كل

الوسائط الروحية بلا عمق و بلا حب . فلا هو فى سماء ولا هو فى أرض .. إنه فى فتور ..

على مثل هذا الإنسان أن يلتصق بأمثلة عالية فى الروح ، سواء بالخلطة أو القراءة ، تشعره بأنه لا شيء ، فتعود إليه مشاعر التوبة والانسحاق و بالتالى حرارة التوبة .

أو يمكنه أن يدخل فى تداريب روحية : إما أن تقو يه وترجع إليه حرارة الروح ، أو أنها تشعره بضعفه وعجزه عن الوصول إلى عمق التدريب ، فيدخل مرة أخرى فى حياة التوبة ، ولكن بمستوى آخر .

أو يحاول أن يتدرب على روحانية الصلاة و روحانية الصوم ، وروحانية كل الوسائط الروحية الأخرى .

يخرج من نطاق شكلياته ، و يدخل فى عمق الصلة مع الله ، و يصارح نفسه أن صلاته ليست صلاة ، وصومه ليس صوماً ، وقراءته ليست قراءة . وعليه أن يتعلم من جديد كيف يصلى و يصوم و يقرأ ..

وهكذا يبدأ من جديد حياة توبة حقيقية ، شاعراً أن عبادته الحالية تحتاج إلى توبة .. وهذا البدء من جديد بطريقة سليمة يوصله إلى الحرارة .

وربما تكون توبته على أساس غير سليم ، أو غير قوى ، تسبب فى فتوره ، فعليه أن يصلح أساس توبته لكى يحيا فى حرارة روحية حقيقية ..

زوال التأثر الوقتى المسبب للتوبة ، صار سبباً للفتور . فيجب أن يبنى علاقته بالله على أساس مستقيم من حب الخير وحب الله .. والاقتناع بالحياة الروحية ، و بهذا يبعد عن الفتور .

الدافع الأول كان مجرد مرحلة وانتهت ولكن لا يصح أن يحيا التائب فى مستواه ، بل يصحح دوافعه الروحية لكى تستمر حرارته .

هناك سبب آخر للفتور هو :

الاكتفاء وعدم النمو

طالما الإنسان الروحى يمتد إلى قدام فانه يحتفظ بحرارته الروحية، لأن الحركة فيها حرارة، أما إذا وصل إلى مستوى معين ووقف عنده، فانه يصاب بالتحجر أو بالفتور.

وكثير من الناس يقعون فى هذه المشكلة ، كانوا قبل التوبة بعيدين عن الصلاة ، فبدأوا يذوقون حلاوة الصلاة ، ووجدوا فى ذلك لذة ملأت قلوبهم بالحرارة الروحية .

ثم وصلوا إلى وضع معين فى الصلاة ، ووقفوا عنده .. وبالوقت أصبحوا يكررونه فى غير وعى ، وبهذا الجمود فتروا .

ونفس الأسلوب اتبعوه فى باقى الوسائط الروحية ، من صوم وقراءة وخدمة ..

إنهم يذكروننا بالسيارة ، التى كلما تتحرك ، تحتفظ بحرارتها . فإن وقفت بردت . وإن طال وقوفها ، تضعف بطاريتها ، وتحتاج إلى شحن من جديد .

وخذ مثالاً من القديس بولس الرسول الذى على الرغم من أنه صعد إلى السماء الثالثة (٢ كو ١٢ : ٢) . كان يقول :

« أنسى ما هو وراء ، وأمتد إلى ما هو قدام .. أسعى نحو الغرض .. أسعى لعلى ادرك .. » (فى ٣ : ١٢-١٤) .

فإن كان الرسول العظيم يسعى ، ويمتد إلى قدام ، فماذا تقول أنت عن نفسك ؟..

إن امتدادك إلى قدام ، يجعلك باستمرار غير راض على الوقوف عند أى مستوى تصل إليه ، وبالتالى تتحرك .. وبهذا لا تفتر .

إن الوقوف له أخطاره . إذ ليس فقط يقود إلى الفتور ، بل قد يتدرج من الفتور إلى السقوط .

لان الذى يقف ، ليس هو فقط لا يمتد إلى قدام ، بل هو أيضاً عرضة للرجوع إلى الوراء .. !

إن الحياة الروحية ، هى حياة دائمة الحركة ، دائمة الحرارة ، دائمة النمو تسعى حتى تصل إلى ملء القامة .

لا يكتفى المؤمن بأن يحيا بالروح وحسب الروح ، إنما يسعى ليتمم قول الرسول : «امتلئوا بالروح» (أف ٥ : ١٨) .

وفى هذا الامتلاء لا يفتر .

ولكن فى هذا النمو ، وفى هذا الامتلاء ، احترس من سبب آخر من أسباب الفتور وهو :

• خطورة المتكآت الأولى

الإنسان فى بدء حياته الروحية يعيش فى حياة الاتضاع والانسحاق . وتعيش النعمة قريبة منه ، لأنه « قريب هو الرب من المنسحقين بقلوبهم » .

وهكذا بالاتضاع وبالإنسحاق والنعمة يعيش فى حرارة روحية .

ولكن يحدث كلما ينمو أن تعهد إليه بمسئوليات ، و يبدأ أن يجلس فى المتكآت الأولى .

وليست الخطورة فى المتكآت الأولى ذاتها ، وإنما فى ارتفاع القلب بها ، والبعد عن حياة الحرص والتدقيق والاتضاع ، وبهذا تفتر الحياة الروحية .

فى بادىء توبته ، كان يدخل إلى الكنيسة ، وهو يقول : نشاز أنا يارب فى هذا اللحن الجميل . وغريب أنا فى وسط جماعة القديسين . وغير مستحق أن أكون فى هذا الموضع المقدس ... بل أنا « بكثرة رحمتك أدخل إلى بيتك » ..

أما الآن ، فانه يدخل إلى الكنيسة لكى يعلم ، أو لكى ينظم ، أو لكى يدبر !

يدخل كأحد القادة ، وقد نسى الشعور بعدم الاستحقاق .. ربما فى غير خشوع وفى غير ركوع ، وفى غير دموع .. كما كان قبلاً !

ربما يدخل إلى الكنيسة لكى يأمر هذا أو ذاك ، أو لكى ينتهر هذا أو ذاك أو ليناقش نظاماً معيناً ، أو ليدير عملاً ما . أو ليقوم بخدمة أو بنشاط من انشطته العديدة . ومن الجائز فى هذا كله ، أن ينسى الله ، أو ينسى أن هذا هو بيت الله .

وطبعاً قد اختفت تماماً عبارته السابقة .. أنا نشاز فى لحن جميل ..

ومن الجائز هنا أن تكون ـ الكلفة ـ قد رفعت بين هذا (التائب) وبين بيت الله ! وتكون الكنيسة قد فقدت هيبتها فى نظره ، ويصبح وهو داخل الكنيسة يتحدث مع هذا وذاك ، ويضحك مع أصدقائه ، ويرتفع صوته وهو ينادى على مَن يريده ، فى غير خشية .

وقد يتطور الأمر ، فيفقد الخشية بالنسبة إلى الصلوات والأسرار .

فالصلوات بالنسبة إليه تصبح ألحاناً يتقن موسيقاها ، وألفاظاً يعرفها ، ويعرف أعماق معناها ، وليست حديثاً موجهاً إلى الله .

أيوجد فتور أكثر من هذا ؟

والعجيب أنه قد يغطى على كل هذا الفتور ، بأنه ارتفع إلى مستوى المحبة التى تطرح الخوف إلى خارج (١يو ٤ : ١٨) !!

وإذ يفقد الخشوع والاتضاع ، وإذ ينسى حياة الإنسحاق ، يحيا فى فى فتور .

احترس يا أخى من أن تعتبر نفسك عموداً من أعمدة الكنيسة ، شاعراً باهميتك ، وشاعراً بأنك إذا غبت ستترك فراغاً لا يمكن ملؤه ..

واحترس من أنك إذا اختلفت يوماً مع المسئولين عن الخدمة ، تهددهم بأنك ستترك الخدمة ، ظاناً أن تركك للخدمة لابد سيزعزع أساسات الكنيسة .

اعلم أن وراء كل هذا شعوراً بأهمية الذات ، تكمن وراءه كبرياء خفية هى سبب فتورك ..

من أجل هذا لا مانع لدى الرب أن يبعدك بعض الوقت عن الخدمة ، ليريك أن الكنيسة مازالت هى الكنيسة من غيرك ، ولكى يتضع قلبك ، ويعود إليك انسحاقك ، فتعود إليك أيضاً حرارتك الروحية ..

إن إيليا النبى العظيم ، بعد انتصاره فى جبل الكرمل ، و بعد تخليصه الجو الروحى من كل أنبياء البعل وأنبياء السوارى ، وبعد أن انفتحت السماء بصلواته مرة أخرى ، قال له الرب تلك العبارة المؤثرة :

« واذهب راجعاً .. وامسح اليشع بن شافاط نبياً عوضاً عنك » (١ مل ١٩ : ١٥ ، ١٦) .

وأخذ اليشع اثنين من روح إيليا ، وعمل معجزات أكثر منه ، وبقيت الأرض بعد ارتفاع إيليا إلى السماء ، ولم يكن هذا انتقاصاً من قدر هذا النبى العظيم ، الذى مجده الله برفعه إلى السماء و بوقوفه على جبل التجلى ..

إنما فى جعبة الله سهام كثيرة .. وهو « قادر أن يقيم من الحجارة أولاداً لإبراهيم » (مت ٣ : ٩) ..

لذلك ان أستأمنك الله على خدمة ، قل له : مَن أنا يارب حتى تجعلنى من عداد خدامك ، وأنا ثقيل الفم واللسان (خر ٤ : ١٠) . وقد أكون عثرة للخدمة ، أو مقصراً فى كل مسئولياتها وعندك ولا شك خدام كثيرون أفضل منى .. انه تشجيع منك لى أن تستخدمنى فى كرمك ، على غير استحقاق منى .

بهذه الروح المتضعة ينبغى أن تسلك فى المتكآت الأولى ، حتى لا تفتر ، وإن أتاك مديح من الناس ، تذكر خطاياك وضعفاتك ..

واحذ ر من أن تقبل المديح ، أو أن تجعله يدخل إلى نفسك ، لئلا تفارقك النعمة وتبرد حرارتك . بل ارجع المجد كله لله .. وقل كما قال القديس بولس المتواضع :

« ولكن لا أنا ، بل نعمة الله التى معى » (١ كو ١٥ : ١٠) .

وإذا دخلت إلى المتكآت الأولى كمعلم ضع أمامك قاعدة هامة وهى :

احترس من أن تتحول من عابد إلى عالم ..

احترس من أن يجرفك الفكر ، وتجرفك الكتب ، وتصبح باحثاً عن مجرد المعرفة ، أو أن تتحول إلى مصدر من مصادر المعلومات .

وفى ميدان الفكر تنسى الروح .. !!

تستهويك الكتب والقراءة ، وتلهيك عن نفسك وعن أبديتك ..

واحترس من أن يستهويك الجدل ، فتنشغل به ، وفى سبيله تقع فى خصومات لا تحصى ، وتفقد محبتك للآخرين ، وتحب أن تنتصر فى النقاش وتهزم غيرك ..

أو انك فى جدلك تتعالى على الآخرين أو تجرحهم وتهينهم وتنقص من قدرهم أو أن تثق بنفسك فى كل ما تقول ، وتعتد برأيك ، ولا تريد أن تتنازل عن شىء ..

واحترس من أنك فى جدلك لا تقبل أن يعارضك أحد ، ولا تقبل أن يناقشك أحد ، ولا تكلم أحداً إلاّ من فوق .

كل هذه الأساليب فى الجدل ، حتى إن كانت من أجل العقيدة ، تصيبك بالفتور الروحى ، وقد تكسب الجدل عقلياً ، وتخسر نفسك روحياً .. وربما تخسر الاثنين ..

كثيرون أصبحوا خزانة معلومات ، بينما أرواحهم بقيت فارغة ..

قليل من العلم ، مع اهتمام بالتطبيق أهم بكثير ، من علم واسع بلا تطبيق . قد تهتم بقراءة عدد من الاصحاحات كل يوم ، بدون عمق فى الفهم ، وبدون تأمل ، وبدون تطبيق ، وبدون تداريب ، وبدون صلاة ، فلا تستفيد روحياً .

وتظل حياتك فاترة على الرغم من القراءات الكثيرة .

ليس المهم هو مقدار ما نقرأ ، وإنما روحانية القراءة وعمقها ..

لا تضع نفسك فى المتكآت الأولى ، ولا تسع إلى ذلك ، سواء كان ذلك فى المستوى الادارى أو العلمى أو القيادى . وكن صغيراً فى عينى نفسك ولا تدّع المعرفة بكل شىء ، ولا مانع فى بعض الأمور أن تقول لا أعرف ..

من الأسباب الأخرى للفتور ..

• دخول الآخرين لحياتك

من الخطورة أن يتحول هدفك فى حياتك الروحية من الله إلى الناس .

كنت فى الأول تحيا روحياً من أجل أبديتك ، ومن أجل محبتك لله ، ولكن يحدث بعد أن تتقدم فى الروحيات ، أن يدخل الآخرون فى حياتك ، ويشكلوا جزءاً من أهدافك ..

ربما يصبح أهم أهدافك من السلوك الروحى هو القدوة أو البعد عن العثرة .

فليس من أجل حب الخير ، أو حب الله ، تفعل الخير.. وإنما تفعله حتى تكون قدوة للناس.. حتى تقدم لهم مثالاً عملياً فى الحياة الروحية ، كنور للسالكين فى الظلمة ..

وبنفس الوضع تبعد عن الخطأ حتى لا تعثرهم ، وليس كراهية للخطية ، التى ربما تتساهل معها فى الخفاء ، مادامت لا تعثر أحداً .

وهكذا يكون دافعك الروحى من الخارج وليس من الداخل ، فتفتر. وقد تتحول إلى إنسانين .. أحدهما محترس لأجل الناس .. والأخر متهاون خارج نطاق رؤيتهم .

وفى كل ما تقول وما تفعل ، قد يهمك جداً تعليق الناس ، وأحكامهم .. وتتطور إلى أن تفعل ما يرضى الناس ، وشيئاً فشيئاً قد يصبح الناس هم هدفك ويضيع هدفك الروحى ، فتفتر حياتك .

قد تصلى فى اجتماع ، ويهمك رأى الناس فى صلاتك ، وتصبح صلاتك لأجل الناس وليس لأجل الله .

وقد تعجبك الصلاة بدموع ، وليس من أجل الله ، ولكن لكى يمدح الناس روحانية صلاتك ، أو لكى ترضى أنت عن نفسك . وفى كل هذا يكون الله قد اختفى من حياتك ..

والناس لهم آراء متنوعة .. وقد صدقت الأم سارة الراهبة حينما قالت :

[لو اننى أرضيت الكل ، لوجدت نفسى تائهة على باب كل أحد] .

ما أسهل أن يحسب الناس التدقيق تطرفاً ، فهل نترك التدقيق لكى نرضى الناس ؟

وقد تفتر حياتك أيضاً بسبب مجاملاتك الكثيرة للناس .

من أجلهم تضيع الكثير من وقتك فى ما لا يفيد .. ومن أجلهم قد تدخل فى أحاديث ومناقشات تتعب نفسك ، ومن أجلهم قد تتعطل صلواتك وتأملاتك ، وما أعمق قول بولس الرسول : « أم أطلب أن أرضى الناس ؟ فلو كنت بعد أرضى الناس ، لم أكن عبداً للمسيح » (غل ١ : ١٠) ..

لذلك اجعل علاقة الناس بك فى حدود روحية حتى لا تفتر روحياتك .

البعد عن الوسائط الروحية

وعن صلوات الساعات

يندر أن يفتر إنسان فى روحياته ، إلاَّ و يكون من أسباب فتوره تقصيره فى ممارسة الوسائط الروحية ، واهماله صلوات الساعات ...

ذلك لأن الوسائط تذكر الإنسان بالله ، وتشوقه إلى العمل الروحى ، وتقوى قلبه فى الداخل . فإن أهملها يضعف روحياً و يفتر...

ونعنى بالوسائط الروحية : الصلاة والقراءة والتأمل ، والصوم ، والاعتراف والتناول ، والاجتماعات الروحية ، والمواظبة على الكنيسة ، والخدمة .

والمفروض أن تكون ممارستها بطريقة روحية .

ولعل سائلاً يسأل : ولكننى أمارس كل هذه الوسائط ، ومع ذلك أحيا فى فتور. فما السبب ، وما العلاج ؟

والإجابة على هذا السؤال هى :

١ ـ إما أن تكون الممارسة بطريقة روتينية خاطئة . وفى هذه الحالة تحتاج إلى أن تؤدى بفهم وعاطفة وتركيز، وبروح .

٢ ـ وإما أن تكون هناك حرب خارجية ، وينفع هنا الصبر، إلى أن يرفع الله هذه الحرب ، أو يساعد فى الانتصار عليها . مع الثبات فى العمل الروحى .

٣ ـ والفتور فى الوسائط الروحية لا يعنى التوقف عنها أو الغاءها . وإلاَّ يكون الإنسان قد هبط بالأكثر إلى أسفل ، بدلاً من اصلاح حالته ...

ونذكر من أهم هذه الوسائط : صلوات الساعات (صلوات الاجبية) فلا شك أن المصلى بها ، لابد ستنخس ضميره بعض عبارات لكى توقظه .. فإن لم يتأثر بها الآن ، لابد سيتأثر بها بعد حين .

فصلاة النوم مثلاً تذكره بالموت والدينونة والأبدية ، وكذلك صلاة نصف الليل ، تدعوه إلى اليقظة والتوبة .

وصلاة الغروب تذكره بخطاياه وتكاسله ، وتدعوه إلى التوبة وطلب المغفرة .

وصلاة باكر تذكره بأن يسلك روحياً طوال النهار ، وأن يبدأ بدءاً حسناً ..

وهكذا باقى الصلوات ، كل منها لها تأثيرها الروحى . وإن التفت المصلى إلى معانيها لابد أن يستيقظ ضميره .

وإن لم يحدث هذا التأثير ، فلابد بمداومة الصلاة بها يحدث التأثير بعد وقت ، يقول خلاله المصلى : « انتظرت نفسى الرب ... من محرس الصبح إلى الليل » (مز١٣٠) .

وهناك من الناحية المقابلة سبب آخر للفتور ينبغى الالتفات إليه ، وهو :

الظن بأن الروحيات

هى مجرد ممارسات

البعض يظنون أن الحياة الروحية هى مجرد صلاة وصوم ، واعتراف وتناول ، واجتماعات وخدمة ، وجدول روحى لهذه الوسائط يحاولون أن يملأوه لكى تستريح

ضمائرهم . وفى كل هذا يقعون فى الفتور . فلماذا ؟

ذلك لأنهم اقتصروا على هذه الممارسات ، ونسوا نقاوة القلب من الداخل ، التى هى الأساس الذى يعتمد عليه العمل الروحى . وبدون هذا الأساس يفتر الإنسان .

إن مجرد الممارسات الروحية ، بدون ثمار الروح فى الداخل ، قد تحول المكتفى بها إلى فريسية واضحة ...

تحوله إلى قبور مبيضة من الخارج ، كما كان يفعل الفريسيون يدققون فى الممارسات الخارجية ، وقلوبهم خالية من المشاعر الروحية الحقيقية .

اهتم إذن بالعمل الداخلى ، بالفضائل الرئيسية كالمحبة والإيمان والتواضع والوداعة والنقاوة والطهارة ... وحينئذ ستجد صلاتك لهيب نار ، لأنها نابعة من قلب نقى مملوء من محبة الله ومحبة الفضيلة ...

ذلك لأنه - للأسف الشديد - قد يوجد من يصلى ، وبينه وبين غيره خصام شديد . أو يصلى ويقرأ ويعظ ويعلم ، وفى داخله غضب ونرفزة وكبرياء ... وما إلى ذلك ... فكيف تكون له حرارة فى الصلاة ، بينما قلبه بعيد عن الروحيات ، بل كيف تكون له صلة بالله فى صلاته ، وقلبه بعيد عن الله بالغيظ والحقد والخصام ؟!

إذا أردت إذن أن تتخلص من الفتور احرص على أن يكون عملك الروحى مرتكزاً على ثمار الروح من الداخل (غل ٥ : ٢٢) .

وتذكر فى كل ممارساتك الروحية ، قول الرب الصريح : « يا ابنى اعطنى قلبك » (أم ٢٣ : ٢٦) وتوبيخه لليهود فى سفر إشعياء النبى « حين تبسطون أيديكم ، استر وجهى عنكم . وإن أكثرتم الصلاة ، لا أسمع . أيديكم ملآنة دماً » (إش ١ : ١٥) ...

وهذا ينقلنا إلى نقطة أخرى من أسباب الفتور ، وهى :

وجود خطية أو شهوة

ربما يسير الشخص فى طريق روحى سليم ، ويستمر على هذا وقتاً ، ثم تأتى محبة معينة أو شهوة ما ، لكى تشغل قلبه ومشاعره ، وتأخذ جزءاً من مكان الله ومكانته فى

داخله ، فتفتر حياته .

ولأنه ترك محبته الأولى ، تتركه الحرارة الروحية ، فيقع فى الفتور.

ابحث إذن ، ما هو الدخيل الذى يحتل مكان الله فى قلبك؟ وابحث ما هى الخطية التى زحفت إليك ، سواء كانت واضحة أو غير واضحة ، أو كانت خطية تلبس ثياب الحملان ، وتأتيك فى زى فضيلة لتخدعك!

ولعله من أنواع هذه الفضائل : الغيرة والدفاع عن الحق ، ومحبة الاصلاح ، إن كان ذلك بغير افراز وفهم!

وباسم الدفاع عن الحق ، يخاصم الناس ويعاديهم ، وينتهر ويوبخ فى غير رفق ، وفى غير حب ، وربما فى غير فهم . وباسم الاصلاح ينتقد ويدين وربما يشتم ، ويقسو فى أسلوبه ، ويتحول إلى نار تلتهم كل ما أمامها . بل يتحول أيضاً إلى عين نقادة ، لا ترى سوى السوء ، ولا ترى فى الناس خيراً ، وتشك فى الآخرين وتتهمهم اتهامات باطلة ...

وفيما هو يدعى انه ينزع الزوان من الأرض ، يتحول هو أيضاً إلى زوان ، ويبحث عن روحياته فلا يجدها . وتصبح حياته فاترة ، يقول له الرب فيها : « أنا مزمع أن أتقياك من فمى » (رؤ ٣ : ١٦) .

ليس معنى هذا ، أن يبعد الإنسان عن الاصلاح والغيرة والدفاع عن الحق ، وإنما ينبغى أن يكون ذلك بفهم وبحكمة ، وبأسلوب روحى كما قال الكتاب : « لتصر كل أموركم فى محبة » (١ كو ١٦ : ١٤) وأيضاً يقول الرسول : « مَن هو حكيم وعالم بينكم ، فلير أعماله بالتصرف الحسن فى وداعة الحكمة . ولكن إن كان لكم غيرة مرّة وتحزب فى قلوبكم ، فلا تفتخروا وتكذبوا على الحق . ليست هذه الحكمة نازلة من فوق ... » (يع ٣ : ١٣-١٥) .

هذه هى روح الإصلاح : فى محبة ، فى وداعة الحكمة ، وهنا لا يخطىء الإنسان فى غيرته ولا تفتر روحياته .

وما أجمل قول الرسول فى طريقة إصلاح الآخرين : « اصلحوا أنتم الروحانيين مثل هذا بروح الوداعة ، ناظراً إلى نفسك لئلا تجرب أنت أيضاً . احملوا بعضكم أثقال بعض » (غل ٦ : ١ ، ٢) .

نقول هذا لأن كثيرين يبدأون توبتهم بحرارة روحية ، يعجب بها الناس ، فيرشحونهم للخدمة . وفى الخدمة تتملكهم غيرة بغير معرفة (رو ١٠ : ٢) فتفقدهم حرارتهم فيفترون !

حقاً إن التركيز على اصلاح الآخرين أضاع أناساً كثيرين !!

يريد الشخص أن يصلح غيره . ومن أجل هذا يفكر طول الوقت فى خطايا الآخرين . وفى ذلك ينسى خطاياه فيفتر . وفيما كان فى بدء توبته يركز على روحياته ، و يهتم بخلاص نفسه ، نراه فى الخدمة قد نسى نفسه تماماً ، وأصبح مشغولاً بخلاص الآخرين أو بأخطاء الآخرين ، أو باصلاح المجتمع ! وليته يفعل ذلك بطريقة سليمة ، إنما يسلك بأسلوب خال من الحب ، وربما يحوى أيضاً كبرياء داخلية !

أيسأل مثل هذا عن أسباب الفتور ؟ هى هذا السلوك الذى يحياه ! ليته عاش فى اتضاع ، يبحث فى إنسحاق عن خلاص نفسه ..

يا أخى ، فكر فى نفسك ، انك أنت أيضاً خاطىء تحتاج إلى اصلاح ، بدلاً من انشغالك بالناس وأخطائهم مما تفتر معه روحياتك .

وكلمة أخرى اهمس بها فى أذنك ، ربما تكون هى السبب فى فتورك ، وهى السبب كذلك فى أخطائك حينما تعمل فى مجال الغيرة والاصلاح .

ربما تكون فى طباعك قسوة أنت غير متنبه إليها . فلما دخلت فى الحياة مع الله ، انسلت هذه القسوة داخلة معك دون أن تشعر . وظهرت فى معاملاتك حينما تشتغل بالغيرة والاصلاح باسم الله !

انظر إلى بولس الرسول ، الذى قال لتلميذه تيموثاوس الأسقف : « وبخ . انتهر . عظ » (٢تى ٤ : ٢) . كيف كان القديس بولس هذا يعظ ؟ انه يقول لكهنة أفسس حينما استدعاهم من ميليتس . يقول لهم عن أسلوبه : « متذكرين اننى ثلاث سنين ليلاً ونهاراً لم أفتر عن أن أنذر بدموع كل أحد » (أع ٢٠ : ٣١) .

لهذا لم يفتر القديس بولس وهو ينتهر الناس . لأنه كان ينذرهم بدموع . وفى دموعه كانت توجد رقة وحب ...

إذن القسوة سبب من أسباب الفتور وإدانة الآخرين سبب آخر، لأن فى كليهما تبعد النعمة عن الإنسان، لتشعره بأنه «تحت الآلام» (يع ٥ : ١٧) مثل كل هؤلاء. وإذ تبعد عنه النعمة يفتر.

لأن الحرارة الروحية ليست من مجهوده البشرى، إنما من عمل الروح فيه. فإن بعد بالقسوة والإدانة عن عمل الروح، حينئذ يفتر...

هناك سبب مشابه، يقود إلى الفتور وهو الكبرياء :

الكبرياء

والكبرياء على أنواع كثيرة ...

نذكر كمقدمة لها قول الكتاب : « قبل الكسر الكبرياء، وقبل السقوط تشامخ الروح » (أم ١٦ : ١٨).

فإن كانت الكبرياء تقود إلى الكسر والسقوط، فعلى الأقل توصل إلى الفتور..

ومن أمثلة الكبرياء شعور الإنسان أنه قد وصل. وحينئذ يفتر!

كإنسان يستقل قطاراً، وهو فى حرارة الاشتياق لأن يصل، فإن وصل أو شعر بذلك، تفارقه حرارة الاشتياق.

أما الذين مهما فعلوا كل ما أمروا به، يقولون إنهم عبيد بطالون (لو ١٧ : ١٠)، فهؤلاء لا يدركهم الفتور. لأنهم مازالوا فى حرارة الاشتياق إلى الوصول، يقول كل منهم - مهما بلغ من كمال - « لست أحسب أنى قد أدركت ... ولكنى أسعى لعلى أدرك. انسى ما هو وراء وامتد إلى ما هو قدام» (فى ٣ : ١٢، ١٣).

وهذا السعى يمنح حرارة تمنع الفتور. بل فيه يرى الإنسان - كلما ينمو - أن حياته السابقة - فى كل علوها - كانت فتوراً. فيسعى بالأكثر، بحرارة أكثر...

نوع آخر من الكبرياء يجلب الفتور، وهو شعور الإنسان انه قد صار كبيراً وان غيره أصغر منه، وانه ينبغى أن يعامل ككبير، له الاحترام، وله الخضوع، وله التسليم فى كل ما يشاء.

لم يكن هكذا في بدء توبته ، حينما كان يشعر بالانسحاق وعدم الاستحقاق.أما الآن ـ وقد كبر في عيني نفسه ـ تفارقه النعمة ، فيفتر، ليشعر بضعفه فيتضع .

إن الحرارة الروحية لا يمكن أن تجتمع مع الكبرياء في مكان واحد.. فإن حدث أن دخلت واحدة على الأخرى تقول هذه لتلك : «أعتزلى عنى . إن ذهبتِ شمالاً ، فأنا يميناً . وإن ذهبتِ يميناً ، فأنا شمالاً» (تك ١٣ : ٩) .

ومع ذلك فأصحاب المواهب ـ فكرية كانت أو روحية ، قد يبدأون بدءاً حسناً . ثم تحاربهم مواهبهم فيفترون .

لذلك فإن الله ـ من محبته للبشر ـ لا يمنح مواهبه لكل أحد . لانه ليس الجميع يحتملون المواهب !! فقد تكبر قلوبهم ، ويكون ذلك سبباً في فتورهم !

صدق أحد الآباء حينما قال : إن منحك الله موهبة ، فاسأله أن يمنحك اتضاعاً لتحتملها ، أو اسأله أن ينزع هذه الموهبة منك ...

لذلك ما أجمل قول داود النبي : «خير لى يارب أنك أذللتنى ، حتى أتعلم حقوقك» (مز ١١٩ : ٧١) .

« قريب هو الرب من المنسحقين بقلوبهم » (مز ٣٤ : ١٨) . لذلك اتضع ، ولينسحق قلبك ، ليقترب منك الله ، ويمنحك حرارة الروح ، فيفارقك الفتور.

تنقلنا هذه النقطة إلى سبب آخر من أسباب الفتور ، وهو :

تقليل فترة الانسحاق والإسراع إلى الفرح

في بدء حياة التوبة ، كثيراً ما يكون الإنسان منسحقاً متضعاً يبكى على خطاياه ، وفيما هو هكذا ... ، يأتيه مَن ينصحه بترك الحزن ، على اعتبار أن المسيح قد غفر له خطاياه ، وبالتالى يدعوه إلى حياة الفرح ! فيترك انسحاقه الذى هو سبب حرارته . وبمضى الوقت يفتر .

إن كل خطية لم تستوف ما يلزمها من الانسحاق ، يمكن أن تعود . أو على الأقل يعتاد الإنسان اللامبالاة ، فيفتر.

القديس بولس الرسول فى كل مجده الروحى ، لم يفارقه إنسحاقه ، ولم ينس خطاياه ، بل كان يقول : « أنا الذى لست مستحقاً أن أدعى رسولاً ، لأنى اضطهدت كنيسة الله » (١ كو ١٥ : ٩) .

وداود النبى كذلك ، بعد أن نال الوعد بمغفرة خطيته ، وضعها أمامه فى كل حين (مز ٥٠) . وكان فى كل ليلة بدموعه يبل فراشه (مز ٦) .

وإذ حافظ القديس بولس ، وداود النبى القديس على إنسحاق قلبيهما ، استمرا فى حرارتهما الروحية ولم يفترا .

لا تسرع إذن إلى حياة الفرح . بل إن أتاك ، قل : [أنا لا أستحقه] . أو على الأقل : ليكن لك انسحاقك الداخلى ، مهما عشت فى فرح الروح ...

سبب آخر للفتور هو الكسل :

الكسل والتهاون

إنهما سببان واضحان من أسباب الفتور لا يحتاجان إلى شرح .

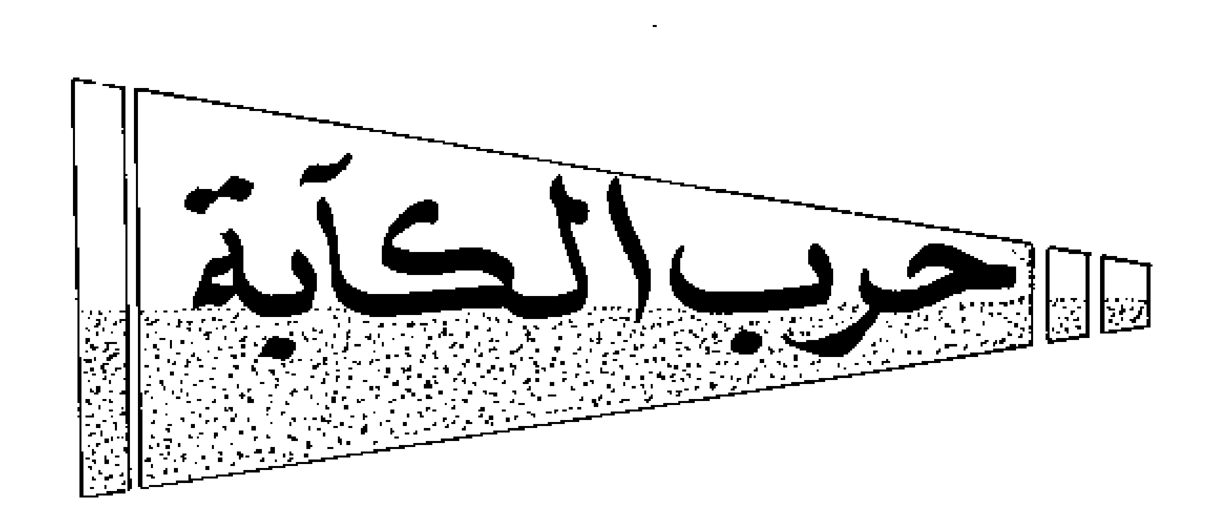
فهما ضد الجهاد الروحى ، وضد السعى إلى الكمال . وبهما يقصر الإنسان فى الصلاة والسهر ، وفى التغصب اللازم لكبح جماح النفس ...

إن ملكوت الله لا يعطى للكسالى ، وإنما للذين يجاهدون . وقد قال الكتاب : « ملعون مَن يعمل عمل الرب برخاوة » (إر ٤٨ : ١٠) .

خاتمة

وبعد ، إن موضوع الفتور موضوع طويل ، أكتفى بهذا الذى قلناه فيه ، على أن أعود إليه فى كتاب خاص إن شاء الله

الفصل الثاني عشر



الكآبة المقدسة

الكآبة الطبيعية

الكآبة الخاطئة

الكآبة المرضية

علاج الكآبة

العلاج النفسى

العلاج بالعقاقير

التدين المريض

العلاج الروحى للكآبة

ما هي الكآبة ؟ ما مظاهرها ، وما أسبابها ؟ وما نتائجها ، وما علاجها ؟ هذا ما نود أن نتحدث عنه اليوم ، مفرقين بين الكآبة السليمة والكآبة السقيمة ، حرباً كانت أم مرضاً ..

الكآبة المقدسة

لا شك أنه توجد كآبة مقدسة ، تدفع إليها دوافع روحية ، ويسلك فيها الإنسان بأسلوب روحي ، وتكون مؤقتة وليست منهج حياة ..

١ ـ مثال ذلك نحميا ، الذى لما سمع أن أورشليم سورها منهدم ، وأبوابها محروقة بالنار ، وشعبها فى عار عظيم .. يقول : « فجلست وبكيت ، ونحت أياماً وصليت .. » (نح ١ : ٤) . حتى أن الملك ارتحشستا لاحظ عليه ذلك وقال له : « ما هذه إلاّ كآبة قلب » فأجابه نحميا : « كيف لا يكمد وجهى ، والمدينة بيت مقابر آبائى خراب ، وأبوابها قد أكلتها النار » (نح ٢ : ٢ ، ٣) .

هذه الكآبة دفعت نحميا إلى الصلاة والصوم ، وإلى عمل إيجابى فعال أزال به أسباب كآبته ، وانتهت بفرح عظيم لكل الشعب (نح ١٢ : ٤٣)

٢ ـ ومثل نحميا كان عزرا الذى لما رأى أخطاء الشعب ، اكتأب وصام وصلى ، نجح فى تطهير الشعب ، ولم تستمر كآبته (عز ٩ ، ١٠) .

٣ ـ ونقرأ فى بستان الرهبان عن دموع الآباء القديسين ، وعن تلك النصيحة المشهورة : [إجلس فى قلايتك وابك على خطاياك] .

٤ ـ نسمع أيضاً عن الكآبة التى تصحب التوبة والصوم ، وتساعد على التواضع وانسحاق القلب .

ومن أمثلتها ما ذكر عن الصوم فى سفر يوئيل (يوء ٢ : ١٢ ـ ١٧) . وما ذكر عن صوم أهل نينوى وتذللهم أمام الله فى المسوح والرماد (يون ٣) . كذلك توبة داود وكيف كان يبلل فراشه بدموعه (مز ٦) .

كانت كآبة الخطاة تتحول إلى توبة ، وتنتهى بالفرح ، وبعزاء داخلى فى أعماق القلب ، وتؤدى إلى اصلاح السيرة كلها .

ولعل هذا ما يقصده الكتاب بعبارة « بكآبة الوجه يصلح القلب » (جا ٧ : ٣) .

ونسمع أيضاً عن الكآبة فى الخدمة مثل قول القديس بولس الرسول : « مكتئبين فى كل شىء ، لكن غير متضايقين » (٢ كو ٤ : ٨) .

وهكذا كانت الكآبة فى الخدمة مصحوبة بالعزاء ، كقول الرسول : « إن الله يعزينا فى كل ضيقتنا ، حتى نستطيع أن نعزى الذين هم فى ضيقة » (٢ كو ١ : ٤) .

ولعل من أروع الأمثلة للكآبة المقدسة ، أن السيد المسيح فى البستان حزن واكتأب (مت ٢٦ : ٣٧ ، ٣٨) وكانت نفسه حزينة حتى الموت .

ومن أمثلة هذا النوع أيضاً ـ مراثى إرمياء ـ وكثير منها نبوءات عن السيد المسيح .

ومع ذلك قال المسيح لتلاميذه :

« لكنى سأراكم أيضاً فتفرح قلوبكم ولا ينزع أحد فرحكم منكم » (يو ١٦ : ٢٠) .

من كل هذا نرى أن الكآبة المقدسة تكون لأسباب روحية ، ومصحوبة بالعزاء وبالرجاء ، وتتحول أخيراً إلى فرح ، وهى مؤقتة وليست صفة مستمرة .

الكآبة الطبيعية

ومن أمثلتها الحزن على وفاة عزيز كبكاء مريم ومرثا عند قبر لعازر.

ومن أمثلة هذا النوع أيضاً ـ أيوب بعد وفاة أولاده ، وبناته وخراب بيته ، وضياع صحته .

وكذلك بكاء يعقوب ، لما سمع أن ابنه يوسف قد افترسه وحش ردىء (تك ٣٧ : ٣٤) .

هذا حزن طبيعى ، ننتقل منه إلى نوع آخر ، هو الكآبة الخاطئة .

الكآبة الخاطئة وأسبابها

هى التى تحوى الخطية داخلها :

١ ـ مثل كآبة إنسان فى قلبه شهوة خاطئة لم يستطع أن يحققها .

مثال هذا النوع كآبة آخاب الملك ، لما رجع إلى بيته مكتئباً مغموماً ، لأنه لم يستطع أن يغتصب حقل نابوت اليزرعيلى (١مل ٢١ : ٤) . وقد قادته هذه الكآبة إلى القتل والظلم والكذب ليحقق شهوته .

٢ ـ وهناك كآبة سببها الغيرة ، والحسد ..

مثالها كآبة الابن الأكبر الذى رفض أن يدخل بيت أبيه ليشترك فى الفرح بأخيه ، قائلاً إن أباه لم يعطه جدياً ليفرح مع أصدقائه ، بينما ذبح لأخيه العجل المسمن (لو ١٥ : ٢٨-٣٠) .

ومثال ذلك أيضاً كآبة أى إنسان يشعر أن غيره قد حصل على شىء ، بينما هو أحق منه به .

٣ ـ هناك كآبة أخرى سببها الفشل .

بينما الفشل لا يعالج بالكآبة ، وإنما بمعرفة أسبابه ، ومعالجة هذه الأسباب بطريقة إيجابية ، أما مجرد الكآبة ، فإنها تضيف إلى الفشل مشكلة أخرى تحتاج إلى حل .

وتزداد الخطورة فى مثل هذه الكآبة إذا كان سببها الفشل فى ارتكاب خطية كفشل امنون أولاً فى الخطيئة مع ثامار (٢صم ١٣) . وكفشل آخاب أولاً فى اغتصاب حقل نابوت .. ومثل فشل أى طالب فى القدرة على الغش أثناء الامتحان ، أو فشل إنسان فى الانتقام لمقتل أحد أقربائه - انه فشل فى ارتكاب خطية الاكتئاب عليه هو خطية أخرى .

٤ ـ وهناك كآبة سببها اليأس :

مثل يأس عيسو ، لما علم أن البركة قد انتقلت إلى أخيه وانتهى الأمر ، وقال له

أبوه إسحق : « ماذا أصنع لك يا ابنى ؟ قد جاء أخوك بمكر، وأخذ بركتك ، انى قد جعلته سيداً لك » فلما سمع عيسو كلام أبيه ، صرخ صرخة عظيمة ومرة جداً (تك ٢٧ : ٣٣-٣٨) . ورفع صوته وبكى..

٥ ـ وهناك كآبة إنسان ينحصر بالضيقات ، و يبقى فيها حزيناً بلا رجاء .

وعلاجه أن يقول لنفسه كما قال داود النبى : « لماذا أنتِ كئيبة يا نفسى ؟ ولماذا تحزنيننى ؟ توكلى على الله » (مز ٤٢ : ١١) .

لا تجمع المشاكل ، وتكومها أمامك وتقف حزيناً ، بلا حل ، بلا رجاء ، بلا إتكال على الله ، إذكر قول الكتاب :

« لا تحزنوا كالباقين الذين لا رجاء لهم » (١ تس ٤ : ١٣) .

إن الكآبة التى بلا رجاء ، هى كآبة خاطئة . حتى لو كانت بسبب طبيعى ، كالبكاء على ميت ، أو بسبب روحى كالبكاء على خطية .

لذلك إن أحاطت بك المشاكل ، فرقها ، ضع الله بينك و بينها ، فتختفى و يظهر الله ، بمعونته .

٦ ـ هناك كآبة أخرى سببها الحساسية الزائدة ..

إذ قد يوجد إنسان حساس جداً نحو كرامته ، أو حساس جداً نحو حقوقه ، يتضايق جداً لأى سبب ، أو لأقل سبب ، أو بلا سبب ، يريد معاملة خاصة ، فى منتهى الرقة ، فى منتهى الدقة ، فى منتهى الحرص فإن لم يجدها ، وطبعاً نادراً ما يجدها حينئذ يكتئب ..

٧ ـ وهكذا يأتى الاكتئاب أيضاً للذين لا يعيشون فى الواقع بل يرفضونه ، ولا يضعون له سوى بديل خيالى لا يتحقق .

فهم ثائرون على وضعهم ، ولكنهم لا يحاولون تغييره بطريقة عملية ، توصلهم إلى ما يريدون ، إنما يكتفون بالثورة ، و يبقون حيث هم فى كآبة وفى سخط على كل شيء .

وإن أتتهم لحظات سعادة تكون ببعض أحلام اليقظة التى يعيشون فيها فى خيال يتمنونه ، ثم يستيقظون من أحلامهم وخيالاتهم ، ليجدوا واقعهم كما هو، فيزدادوا سخطاً عليه ، وتزداد كآبتهم .

ونصيحتنا لهؤلاء أن يكونوا واقعيين فإما أن يعيشوا فى قناعة تسعدهم ، راضين بما عندهم بل شاكرين أيضاً ، وإما أن يعملوا على تغيير الواقع عملياً ، ولا يكتفون بالكآبة .

٨ ـ وقد يأتى الاكتئاب بسبب ضيق الصدر وعدم الاحتمال ..

الإنسان الواسع الصدر والقلب يستطيع أن يمرر أشياء كثيرة ، تذوب فى قلبه الواسع ولا يضيق بها ، أما الذين لا يحتملون ، فلابد أن يصلوا إلى الكآبة .

كذلك سعة الفكر تعالج الكآبة .. فبدلاً من الإكتئاب ، يفكر فى حل .

الإنسان الذكى ، إذا أحاطت به مشكلة أو ضيقة ، بدلاً من ارهاق أعصابه ونفسيته بالمشكلة ومتاعبها .. يشغل ذهنه بإيجاد حل للخروج من المشكلة ، فإن وجد الحل ، يبتهج ، وتزول حدة المشكلة . وإن لم يجد ، يصبر ، والذى لا يستطيع أن يصبر ، لا شك أنه ضيق الصدر ، وهذا تزداد كآبته و يكون سببها قلة الحيلة .

٩ ـ وقد تحدث الكآبة بسبب حرب خارجية من عدو الخير ، دون ما سبب ظاهر..

يغرس فى النفس أسباباً للضيق ولو يخترعها أختراعاً ، أو يكبر و يضخم فى أسباب تافهة لا تدعو إلى الكآبة ، أو يحاول أن يلهو بالإنسان كلما يسعد بوضع ، يغريه بأوضاع أخرى كأنها أفضل مما هو فيه ، فإن وصل إليها ، يغريه بغيرها ، أو بوضعه الأول .

و يوجده فى جو من التردد وعدم الثبات : يكون سبباً فى الكآبة .

فمثلاً إن كان راهب يعيش فى الوحدة ، يغريه بالخدمة واكاليل الاشتراك فى بناء الملكوت ، وإن كان يخدم ، يغريه بالوحدة وحياة التأمل والسكون والصلاة الدائمة ، ومتعة الوجود الدائم فى حضرة الله .. وهكذا لا يثبت على حال فيكتئب .

وهذا يقودنا إلى سبب آخر للكآبة وهو الشك ..

١٠ ـ الشك إذا استمر ، يحطم النفس ، ويجعلها فى حالة كآبة وقلق .

سواء كان شكاً فى إخلاص صديق أو فى أمانة زوجة وعفتها ، أو كان شكاً فى حفظ الله ومعونته ، أو شكاً فى الإيمان .. أو قد يكون الشك فى الطريق الذى يسلكه الإنسان أهو حسب مشيئة الله أم لا ؟ أو قد يكون شكاً فى تدابير تدبر ضد الإنسان ، وهو لا يدرى ..

أفكار الشك تخرج من العقل : لكى توجد عذاباً فى النفس ، وتقود إلى تصرفات تتناسب فى الخطأ مع هذه الشكوك وحدتها .

مثل زوج يشك فى عفة زوجته ، فيغلق عليها الأبواب والنوافذ ، و يتجسس عليها ، و يسمح لنفسه أن يفتش خطاباتها ، وأدراجها ، ويحقق معها فى كل ما يشك فيه ، ويجعل حياتها عذاباً .. وقد تكون بريئة كل البراءة..

يحاسبها على كل ابتسامة ، وعلى كل كلمة ، وعلى كل لقاء ، وعلى كل حركة..

حياته تصبح فى جحيم ، وحياتها تصبح فى جحيم ، وتكون للكآبة نتائج أخرى خطيرة..

إن حرب الكآبة حرب معروفة ، ومشهورة ، على أننا نريد أن ننتقل إلى النوع الرابع منها وهو:



كما أن الشك المسبب للكآبة ، إذا تطور قد يتحول إلى مرض ، كذلك الكآبة قد تتحول إلى مرض .

إذ تضغط الأفكار فيها على الإنسان حتى تحطم كل معنوياته ، وتزيل منه كل بشاشة .

فكر الكآبة يلصق بالمريض ولا يفارقه .. يكون معه فى جلوسه وفى مشيه فى نومه وفى صحوه ، بأفكار سوداء كلها حزن وقلق وخوف ، وصور كئيبة أمامه ، بلا حل ولا رجاء .

كآبة تضيع حياته ، وروحياته ، ونفسيته وعقله ، باقتناع داخله انه قد ضاع وانتهى..

١ ـ كإنسان يظن مثلاً أن خطيته لن تغفر وانه وقع فى التجديف على الروح القدس (مت ١٢ : ٣١) .

وربما يكون الشيطان هو الذى ألقى فى ذهنه هذا الفكر ، حتى يوقعه فى الكآبة ،

ثم فى اليأس، على اعتبار انه قد فقد أبديته، وانه لا سبيل إلى الخلاص حسب تعليم الكتاب.

أو قد يوصله إلى نفس الفكر ونفس الكآبة بأن يذكره بما قيل عن عيسو انه:

« لم يجد للتوبة مكاناً، مع انه طلبها بدموع » (عب ١٢ : ١٧).

ويخفى عنه كل الآيات الخاصة بقبول الله للخطاة مثل قوله: « مَن يقبل إلىَّ لا أخرجه خارجاً » (يو ٦ : ٣٧). ومثل قول الرسول إن: « الله يريد أن جميع الناس يخلصون، وإلى معرفة الحق يقبلون » (١ تى ٢ : ٤). أو يضع أمامه تلك الآية:

« وأعطيتها زماناً لكي تتوب عن زناها : ولم تتب » (رؤ ٢ : ٢١). ويشعره الشيطان بأن التوبة لها زمان محدد، وأن زمانه قد فات.

وهكذا يقطع رجاءه من الخلاص، حسبما قال داود فى المزمور: « كثيرون يقولون لنفسى ليس له خلاص بإلهه » (مز٣). يضع أمامه ما ورد فى (عب ٦: ٤-٨) و يدقق على عبارة: « لا يمكن تجديدهم للتوبة ».

وهذه هى طريقة الشيطان، قطع الرجاء، ليوقع فى الكآبة واليأس.

وطبعاً كل الآيات السابقة لها تفسير ومثل هذا الإنسان يحتاج إلى مَن يفهمه معنى الكلمات، و يكلمه عن محبة الله التى لا حدود لها، وانه قبل اللص فى آخر حياته، دون أن يحدد له زماناً..

وكآبة اليائس ليست هى كآبة الوجه التى يصلح بها القلب (جا ٧ : ٣).

٢ - وقد يكون سبب الكآبة المرضية هو عقدة الذنب.

كأن يموت له أب أو ابن، فيشعر انه السبب فى موته، و يظل هذا الأمر يتعبه، ويجلب له حزناً لا ينقطع.

و يظل يقول: ربما أكون قد قصرت فى حقه، ولولا تقصيرى ما مات. و يظل الشيطان يذكره بمناسبات للتقصير، وان قال له أحد إنك لم تقصر، وجلبت له الأطباء والدواء، يقول فى كآبته المرضية، ربما لو أحضرت له طبيباً أكثر شهرة، ما مات.. ربما لو سافر إلى الخارج.. وهكذا تطوف به الأفكار وكلها كآبة.

٣ ـ وربما سبب الكآبة هو مرض له ، يظن انه بلا شفاء ..

أو يتوقع له نتائج خطيرة يصورها له الوهم بأسلوب يتعب نفسيته ..

وما أكثر الأسباب التى تؤدى إلى الكآبة المرضية ، والتى تصيب الإنسان بحزن لا يتخلص منه ، ولا يعطى نفسه فرصة للشفاء منه .

الأعراض والعلاج

والمريض بالكآبة ، قد يكون ساهماً باستمرار ، كئيب الوجه ، والملامح ، كثير البكاء ، كثير الشكوى ، يائساً تطحنه الأفكار السوداء بلا رجاء .

يظن أنه قد ضيع أبديته ، أو ضيع نفسه ومستقبله ، أو ضاعت صحته ، أو أنه تسبب فى ضياع غيره ، أو أن ما ينتظره أسوأ مما هو كائن ..

وقد تحاول أن تصحح له أفكاره فلا يقبل ، وينظر إليك فى يأس ثم يبكى ، فهذا الذى تقوله ، قد سبق أن سمعه من ذهنه قبل ذلك ، وظهر له أنه حل عديم الجدوى .

أو قد يرفض الحديث جملة ، إذ لا فائدة منه ، ويشعر أن مَن يكلمونه لا يحسون به .

وهناك نوع عكسى ، يريد أن يحكى عن متاعبه ، لكى يجد حلاً ..

ومشكلة هذا الشخص هى انه إما لا يجد حلاً ، فتزداد كآبته . أو يجد الشخص الذى يستريح إليه ، فيظل يتردد عليه كثيراً ، وفى كل مرة يقضى ساعات فى الكلام والحوار حتى يهرب منه هذا الشخص المريح ، فيتعبه هذا الهروب ، ويرى أنه يفقد القلب الذى أراحه ، وفقدانه يزيد كآبته .

ومن جهة العلاج ، هناك نوعان من المصابين بالكآبة ..

أ ـ نوع يرفض العزاء ويرفض التفاهم .

ب ـ ونوع يتشبث بالفكر ، كلما يخرجونه منه يعود إليه ، وكلما يشفى يعود مرة أخرى إلى مرضه كما كان ، وربما أزيد ..

ربما تخطر عليه فكرة الانتحار ..

لكى يتخلص به من آلامه ومن حزنه فإما أن ينفذ الفكرة ، أو يجدها هى أيضاً بلا فائدة ، وذلك إن كان يؤمن بالابدية ، أو لانه يفضل الكآبة على الموت ، أو لانه يحاول أن يحل مشاكله عن طريق الخيال والفكر وأحلام اليقظة .

وعموماً يكون للكآبة تأثيرها السيىء على صحته ..

من جهة إنهاك الأفكار ، التى هى أيضاً تنهك الأعصاب ، وأيضاً من جهة التعب النفسى وتأثيره على الجسد .

وكذلك من جهة فكرة واحدة محيطة به ، لا يعرف كيف يخرج من حصارها له ..

إنه مرض يتعبه ، ويتعب كل الذين حوله ، ويتعب طبيبه ، ويتعب مرشده الروحى .. ويحتار أب الاعتراف كيف يتصرف معه .

إذن ما هو العلاج ؟

الكآبة ليست علاجاً لمشاكلك

إن أول علاج لك هو أن تعتقد تماماً من أعماق قلبك أن الكآبة ليست علاجاً لمشاكلك .

تحدث لك مشكلة ، كما أن جميع الناس تحدث لهم مشاكل . فتسبب لك هذه المشكلة حزناً فى قلبك أو ضيقاً . وهذا أيضاً يحدث لجميع الناس .. ولكنك أنت بالذات تستمر معك الكآبة مدة أطول مما يجب ، حتى يلاحظ الكل أنها ليست كآبة طبيعية .

ويحاولون أن يعزوك . أو أن يخففوا عنك . ولكنك باصرار شديد ترفض أن تتعزى . فيسأم الناس من الحديث معك و يتركونك . فتجلس فى كآبة أكثر وفى انطواء ..

وهنا أسألك : هل استفدت شيئاً من كآبتك ؟ هل عالجت مشكلتك ؟ هل أراحتك نفسياً من الداخل .. أم تعبت بالأكثر؟! وهل أراحتك من جهة علاقتك

بالناس . أم تعقدت علاقاتك بالأكثر ؟!

لا شك أنك خسرت بالكآبة . أكثر مما كنت تتوقع .

وأصبحت كآبتك بسبب المشكلة ، هى مشكلة أضخم من المشكلة التى اكتأبت بسببها !..

وبقيت المشكلة الأولى لم تحل .. مع اضافة مشكلة الكآبة إليها ، ومع ما نتج عن ذلك من انطواء ، ومن سوء علاقة مع الناس وخسارة الجو الهادىء الذى كنت تعيش فيه . كما إنك عرضت على الناس نقصاً ما كانوا يعرفونه فيك . وهو عدم احتمالك ، وعجزك عن احتمال المشاكل... فلماذا هذا الاتلاف ؟ ...

كن واقعياً . وفكر فى حل مشاكلك ولا تركز على الاكتئاب . وإن لم تجد حلاً لمشكلتك ، انتظر الرب ... أو احتمل وعش فى واقعك

وإن اكتأبت بحكم الطبيعة البشرية لا تجعل هذه الكآبة تطول ، ولا تجعلها تستمر ، ولا تكشف نفسك هكذا قدام الناس . ولا تجعل الناس ينظرون إليك فى إشفاق ، أو فى يأس من تغيير حالتك .

حاول أن تكون أقوى من المشكلة .

وإن لم تستطع ، حولها إلى الله الذى هو أقوى من الكل ، والذى كل شىء مستطاع عنده (مت ١٩ : ٢٦) .. وبعد ذلك انسها فى يدى الله . ولا تعد تفكر فيها .

هناك مشاكل كثيرة ، يمكن أن تحل بالإيمان ، وبالتسليم ، وبالصلاة ...

ولكن لا توجد مشكلة واحدة يمكن حلها بالكآبة . إذن عليك أن تؤمن بأن الله موجود ، وأنه لابد أن يتدخل وهو ضابط الكل ، يرى كل شىء ، ولا تفوته ملاحظة شىء ، وهو يعرف متاعبك أكثر مما تعرفها ، ويشفق عليك أكثر مما تشفق على نفسك .

ومادام الله يهتم ، فلا تحمل أنت هموماً على كتفيك . اترك الأمر لله .

هناك مشاكل فى إمكانك حلها .. وهناك مشاكل أخرى حلها فى تركها ، أو حلها فى نسيانها . وربما تكون مشكلتك (التى تبدو لك بلا حل) هى من هذا النوع .

ولعلك تقول : وكيف أنسى ؟

كيف أنسى المشكلة ، وهى لاصقة بذهنى أكثر من التصاق جلدى بلحمى ؟ أفكر فيها كل حين ، فى جلوسى ، فى مشيى ، فى وجودى وحدى ، وفى وجودى مع الناس ، لا أفكر إلاَّ فيها وإن قرأت أسرح فيها ، ولا أتحدث فى موضوع سواها . هى بالنسبة إلىَّ كالنَفَس الداخل والخارج ، أحسست أو لم أحس ... !!

هنا ، أقدم لك حلاً عملياً وهو :



إشغل نفسك باستمرار : واهرب من الفكر ، من هذا الفكر الكئيب الذى فيك ..

لابد أن تقتنع أن مداومة التفكير فى المشكلة تضرك من كل ناحية : تضرك جسدياً وعصبياً ونفسياً ، وترهقك ، وتزيد المشكلة ، وفى نفس الوقت لا وصول إلى حل ...

إذن اترك هذا التفكير المرضى .. وفى صراحة قل لنفسك : كفانى تعباً من هذا التفكير الذى لم يفدنى بشيء ...

وإن لم تستطع ، اشغل نفسك باستمرار . اشغل نفسك بأى شيء يبعد عنك الفكر المرهق .

ومن هنا كان العمل المستمر مفيداً للذين يشكون من الكآبة ، إلى أن يتعبوا من العمل ، فيناموا فى راحة ، وهكذا تستريح أعصابهم من إرهاق الفكر لها ..

كما أن العمل يُشعر الإنسان أنه قادر على إنتاج شيء ، أو قادر على تحمل مسئولية ، فيريحه هذا نفسياً . كما تريحه ثمار عمله . وفى خلال ذلك يكون قد بعد عن الفكر...

غير أن البعض قد يرفضون العمل أو يهربون منه ، لكى يخلو عقلهم مع الفكر... !

الفكر المرضى أصبح للأسف الشديد يشكل أهمية كبرى فى نفوسهم ، لا يستغنون عنها . فهم يريدون أن يفكروا فى المشكلة . يريدون أن يستمروا دائرين فى هذه الدائرة

المفرغة التى لا توصل إلى حل ..!

فإن قبلوا العمل ، تكون علامة صحية ..

علامة على أنهم قبلوا الاستغناء عن الفكر ، ولو قليلاً ، فى فترة العمل ... وهذا حسن جداً .. مجرد قبولهم العمل ، أمر مفيد ، حتى لو كان ذلك تغصباً . وتزداد حالتهم تحسناً ، كلما قبلوا العمل برضى و بفرح ووجدوا فيه لذة ...

وأحياناً يكون رفضهم للعمل ، بحجة أن أعصابهم مرهقة ، وقدرتهم الجسدية لا تمكنهم من العمل ..!

وهذه الحجة قد تكون حقيقية عند البعض إلى حد ما .. وقد تكون وهمية عند البعض الآخر. أو يكون وراءها عامل نفسانى .. مثل شخص كلما يُعرض عليه العمل ، يشعر باعياء جسدى مفاجىء ، هو رد فعل لرغبته الداخلية فى عدم العمل .

على أية الحالات ، يكون العمل حسب الطاقة ، وقد يكون أيضاً عن طريق التدرج ، حسبما يقدر المكتئب ، وحسبما يستجيب للعمل . ويحسن عرض أعمال عليه ، يختار منها ما يناسبه ...

فإن لم يقدر على العمل اليدوى ، هناك أنواع أنشطة يمكن أن يقوم بها .. وهناك ألوان من التسلية والترفيهات والقراءة قد تشغله .. وهناك علاج آخر هو الموسيقى .



لا شك أن هناك أنواعاً من الموسيقى لها تأثير قوى على النفس ، ويمكنها أن تريح وأن تهدىء ، وأن تبعد الإنسان عن جو الحزن والكآبة ، وتنقله إلى أجواء أخرى ...

ويمكن إختيار قطع الموسيقى المفيدة ، التى لا تضر روحياً . وفى نفس الوقت يكون لها العمق والتأثير، والقدرة على نقل المشاعر المتألمة ، وفتح أبواب من الرجاء أمامها ..

وهنا أذكر أن ابنتنا الدكتورة نبيلة ميخائيل ، قد نالت درجة الماجستير ودرجة الدكتوراه فى العلاج بالموسيقى ببحوث علمية نالت تقديرها من الجامعة ومن أوساط كثيرة ...

ولا أظن أن الإنسان المكتئب يرفض الموسيقي . والموسيقى ليس المقصود بها الغناء ، فهناك موسيقى عميقة لا يصاحبها غناء .

والموسيقى الدينية ذات تأثير كبير فى النفس . والمفروض طبعاً البعد عن الموسيقى الحزينة ، التى قد تبقى المريض فى ألمه وحزنه وانطوائه .

إن الموسيقى هى علاج للنفس من الداخل ، علاج للمشاعر والأحاسيس .. وقد تكون أكثر تأثيراً من العظات فى كثير من الأحيان . وربما تشبهها فى بعض الأوقات تراتيل وألحان معينة .

على أن البعض قد يلجأ إلى العلاج الكيمائى عن طريق العقاقير.

ولى ملاحظة على هذا العلاج ، مع مقارنته بالعلاج النفسانى ، ثم أيضاً بالعلاج الروحى .

العلاج بالعقاقير والعلاج النفسى

العلاج بالعقاقير قد يكون مقبولاً ، حينما يكون المريض فى حالة عصبية معينة ، أو فى حالة نفسية لا تقبل التفاهم ولا الحوار ، أو فى حالة تصميم شديد على ما هو فيه ...

فيعطونه العقاقير للتهدئة ، وربما تهدأ أعصابه ، وتصبح فى حالة تسمح بالعلاج النفسى ...

كأن يكون هناك فكر يرهق المريض جداً .. ويضغط على أعصابه ونفسيته ضغطاً عنيفاً لا يحتمله . بل قد يطرد عنه النوم طرداً من كثرة التفكير.. ولذلك فهو فى حاجة ماسة إلى فترة من الراحة ، تهدأ فيها أعصابه وبالتالى تهدأ نفسيته .. وهنا يعطونه العقاقير كمسكنات أحياناً ، أو لكى ينام ويستريح من الفكر .

وهنا قد تبدو العقاقير ضرورة ، وبخاصة للمريض الهائج ، الذى يرفض الاعتراف بأنه مريض ، ويرفض العلاج .

نقول هذا مع اعترافنا بأضرار كثير من العقاقير ، وما تحدثه من تأثيرات أخرى ضارة بالصحة .. ولكن فى مثل تلك الحالات الصعبة ، ربما لا يجد الطبيب علاجاً غيرها فى ذلك الوقت . ولكنى أقول فى صراحة ..

لا يصح أن تكون العقاقير علاجاً دائماً ، أو العلاج الوحيد . ولكن العلاج النفسى فى موضوع الكآبة أفضل منها بكثير، حينما يأتى موعده ..

إن المريض قد يأخذ المهدئات أو المسكنات أو المنومات ، لكى يستريح من الفكر الذى يتعبه . وقد يهدأ أو ينام ، ثم يصحو أو يفيق ، فيجد الفكر مازال أمامه ، فيأخذ قدراً آخر من العقاقير وتتكرر العملية ...

وقد لا يأتى العقار بنتيجة ، فتزداد الكمية المعطاة ، أو يعطونه عقاراً آخر حتى لا يعتاد العقار الأول ، أو عقاراً آخر أشد تأثيراً ، أو يستبدل المسكن بمنوم .

ومن كثرة المنومات قد يترهل جسمه أو تضعف ذاكرته ، أو يصبح فى حالة (دروخة) مستمرة . و يستمر الفكر المتعب معه .

وهنا أحب أن أقول حقيقة هامة وهى :

إن العقاقير ربما تكون لعلاج النتائج وليس لعلاج الأسباب .

والأسباب هى الأفكار والمشاعر التى سببت الكآبة ، وأيضاً أسباب هذه الأفكار وهذه المشاعر ، وأيضاً نوعية النفسية ، ونوعية العقل والتفكير..

ما علاقة العقاقير بكل هذا ؟

وإن عالجت العقاقير سبباً ، ربما تتلف إلى جواره شيئاً آخر . فإن جعلت المريض ينسى الفكر المرهق ، ربما تؤثر على ذاكرته بوجه عام .

إن أسباب الكآبة ، قد يصلح لها العلاج النفسانى بأسلوب أعمق ... والمشكلة أن العلاج النفسانى يحتاج إلى وقت ...

المريض يريد أن يفرغ كل ما فى داخله ، ويحكى كل ما يتعبه . وقد يستمر ذلك بالساعات . والطبيب ليس لديه وقت ... و بخاصة إذا ما تعود المريض هذه الإطالة وحكاية القصص التى لا تنتهى . وهنا قد يسأم الطبيب و يشفق على وقته الخاص .

وسأم الطبيب أو ملله ، يجعله لا يستمع أكثر ، فيتوقف العلاج النفسى .

ونحن لا نلوم الطبيب ، فقد يكون له عذره ، وبخاصة إذا كان كلام المريض متكرراً ، أو كان يعيد نفس الكلام الذى تعب الطبيب معه فى التعليق عليه . وقد

يحتج الطبيب بأن تدليل المريض لا يفيده، بل قد يضره و يشجعه على إطالة الجلسة، أو يؤدى إلى وجود دالة بينه وبين الطبيب فيطلبه باستمرار، وفى أوقات عمله مع آخرين. وفى أوقات راحته..

لا شك أن العلاج النفسى يحتاج إلى وقت، وإلى صبر واحتمال، كما يحتاج أيضاً إلى حكمة، ومعرفة بالنفس البشرية.

فقد يرى الطبيب أن شكوك المريض ليست سليمة، وأن ما يقدمه من أسباب لتعبه، هو كلام مبالغ فيه، أو مجرد أوهام، أو الحقيقة عكس ذلك تماماً. و يشرح كل ذلك للشخص المكتئب، ومع ذلك يبقى مصراً على فكره، بل ربما يشك أحياناً فى الطبيب ذاته، وفى كفاءته وفى إخلاصه! إنه مرض...

لقد تحولت الكآبة من حرب داخلية أو حرب خارجية، إلى مرض..

وعلينا أن نبحث كل ذلك، لندخل فى علاجه. بل ونقدم نوعاً آخر من العلاج، هو العلاج الروحى. وهنا لابد من التعرض لنقطة هامة هى:

التدين المريض

والتدين المريض له أسباب وأعراض عديدة.. ولكننا نركز على النقاط الآتية:

١ ـ الكآبة كمنهج روحى.

٢ ـ الصرامة فى معاملة النفس والآخرين.

٣ ـ المثاليات التى هى فوق الطاقة.

كثيرون من المرشدين الروحيين يركزون على عبارة: «بكآبة الوجه يصلح القلب» (جا ٧: ٣)..

و يركزون أيضاً على قول الآباء فى بستان الرهبان: [ادخل إلى قلايتك، وابكِ على خطاياك]. و يعظون كثيراً عن الدموع وفوائدها. وكل هذا كلام روحى له فائدته وله وقته.

لكن الكآبة قد تصلح لوقت، ولكنها لا تكون منهجاً دائماً للحياة.

وهؤلاء المرشدون لا يتحدثون عن الفرح ، بل ربما يعتبرونه ضد التوبة .. كما يعتبرون الضحك علامة انحلال روحى !

وينسى هؤلاء قول الكتاب : « افرحوا فى الرب كل حين ، وأقول أيضاً افرحوا » (فى ٤ : ٤) . وقوله أيضاً إن ثمار الروح « محبة وفرح وسلام » (غل ٥ : ٢٢) . وقول السيد المسيح : « أراكم فتفرح قلوبكم . ولا ينزع أحد فرحكم منكم » (يو ١٦ : ٢٢) . ونفس السفر الذى وردت فيه عبارة : « بكآبة الوجه يصلح القلب » ، ورد فيه أيضاً :

« للبكاء وقت وللضحك وقت » (جا ٣ : ٤) .

إن التزمت الدائم ، والحديث المستمر عن وجوب الكآبة ، يغرسان الكآبة فى أعماق النفس . وربما يسلك البعض فيها بحكمة واتزان ، بينما تتحول عند البعض الآخر إلى مرض !

ويصبح كل شىء يدعو إلى الكآبة !

التوبة تدعو إلى الكآبة ، لان داود النبى كان فى كل ليلة يبل فراشه بدموعه

والخدمة تدعو إلى الكآبة ، كما بكى نحميا على أورشليم ، وكما بكى إرمياء فى مراثيه ، وكما قال داود فى مزاميره : « الكآبة ملكتنى من أجل الخطاة الذين تركوا ناموسك » (مز ١١٩) .

التواضع أيضاً لابد أن تصحبه الكآبة !

لئلا الفرح يقوده إلى إرتفاع القلب !

والصلاة أيضاً قد تكون بكآبة شديدة ! وتنظر إلى ملامح شخص من هؤلاء أثناء صلاته ، فتجدها متجهمة جداً متأزمة ، يتعبك التطلع إليها !

حقاً هناك كآبة روحية ، ولكن معها عزاء . وهناك حزن مقدس ، ولكن معه رجاء . والفرح بالرب يختلط بكل تلك المشاعر.

أما الذين يركزون على الكآبة وحدها بدون عزاء ، بدون رجاء ، بدون فرح بالرب

وعمله ، فهؤلاء لم يفهموا المسيحية كما ينبغى ، ولم يفهموا الإنجيل الذى هو « بشارة مفرحة » .

هؤلاء يقدمون للناس قدوة كئيبة .

بل قد يهرب البعض ويخافون من التدين ، لئلا يصيروا فى هذه الصورة المحزنة ، الدائمة التجهم ، التى لا تضحك مطلقاً ، وقد فقدت البشاشة والابتسامة والوجه المضىء ! وأصبحت الروحيات عندها هى دموع لا تنقطع وصرامة لا تنفرج .

هؤلاء ينبغى أن يفرقوا بين الدموع الروحية التى تؤول إلى فرح ، وبين الدموع التى تحرق النفس وتمزقها ، وتدخلها فى ظلمة محزنة !

هل العلاقة مع الله هى علاقة حزن دائم بلا عزاء ؟! وهل الله المحب الحنون ، لا يود أن يرانا إلاّ باكين مكتئبين ؟! وهل الكآبة التى تصلح القلب ، تستمر كآبة بعد أن تصلحه ؟!

أم تعطى مكانها للفرح والعزاء ؟ ..

نقطة أخرى وهى المثاليات ..

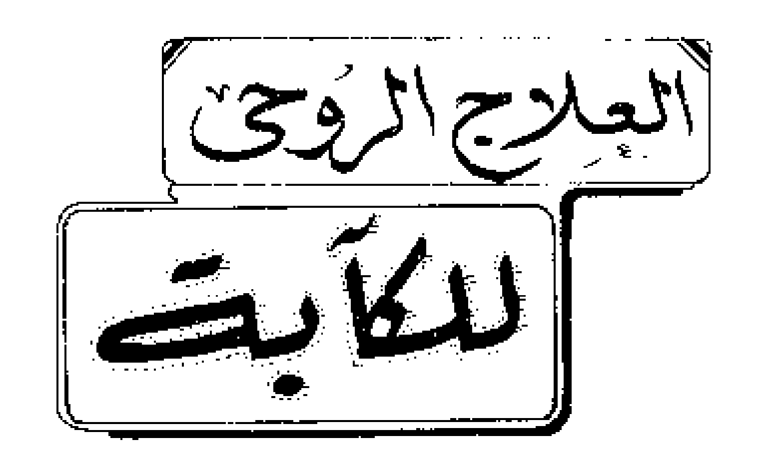
حسن وواجب أن ندعو إلى المثاليات . ولكن يجوز أن يوصلنا هذا إلى الكآبة المستمرة ، بحجة أننا لم نصل بعد إلى الكمال المطلوب ، ومازلنا فى الموازين إلى فوق فطريق الكمال طويل ، والسلوك فيه يحتاج إلى جهاد وصبر .

ويليق بنا أن نفرح بكل خطوة نخطوها فى الطريق ، وليس أن نحزن ونكتئب بسبب الخطوات الباقية التى علينا أن نخطوها فيما بعد ...

ولا نظن أن مثل هذا الفرح ، فيه كبرياء أو ارتفاع قلب ، لأنه فرح بالله الذى أعاننا ، وليس بقدرتنا ومجهودنا البشرى .

وبدلاً من أن نكتئب على ما ينقصنا نصلى لكى يعين الله ضعفنا و يكمل نقصاتنا .

إن الكآبة لا تعالجنا ، بل قد تعطلنا وقد يتخذها العدو لالقائنا فى اليأس ..
هنا ونتكلم عن العلاج الروحى .



الإنسان الروحي هو بعيد تماماً عن الكآبة المرضية . قد يكتئب أحياناً كآبة روحية أو طبيعية ، إلى حين . أما الكآبة المرضية ، فعنده حصانة ضدها ، مبنية أساساً على روحانية سليمة ، نذكر من خصائصها سبع فضائل هامة هي :

الإيمان بالله وعمله ، والرجاء ، والقناعة أو التجرد ، حياة الشكر، الفرح والبشاشة ، الواقعية ، الصبر والاحتمال وسنحاول أن نتكلم بايجاز عن كلٍ من هذه الفضائل ، وعلاقتها بعلاج الكآبة ، أو بالوقاية منها .

الإيمان كعلاج ووقاية

نحن نؤمن أن الله ضابط للكل ، يدبر هذا الكون ، و يهتم بأولاده ، فى محبة لهم ، وعناية بهم ، قد نقشهم على كفه (إش ٤٩ : ١٦) وشعرة واحدة لا تسقط من رؤوسهم بدون إذنه (لو ٢١ : ١٨) وإن سمح بضيقات تصيبهم ، فلابد أن ذلك من أجل خير فى المستقبل . وكما قال الكتاب :

« إن كل الأشياء تعمل معاً للخير للذين يحبون الله » (رو ٨ : ٢٨) .

ولذلك قال القديس يعقوب الرسول : « احسبوه كل فرح يا إخوتى حينما تقعون فى تجارب متنوعة » (يع ١ : ٢) .

إذن التجارب والضيقات بالنسبة إلى المؤمن ـ تنشىء فرحاً لا حزناً ، متذكراً قول الكتاب إنه :

« بضيقات كثيرة ينبغى أن ندخل ملكوت الله » (أع ١٤ : ٢٢) .

وهو بهذا يرى أنه يدخل فى شركة آلام المسيح (فى ٣ : ١٠) و ينفذ وصيته فى حمل الصليب ، إذ قال : « مَن لا يحمل صليبه و يتبعنى فلا يستحقنى » (مت ١٠ : ٣٨) وكذلك فهو ينفذ وصيته فى الدخول من الباب الضيق ، لانه « ما أضيق الباب وأكرب الطريق الذى يؤدى إلى الحياة وقليلون هم الذين يجدونه » (مت ٧ : ١٤) .

لذلك فالمؤمن الحقيقى لا يحزن ان صادفته مشاكل ، بل على العكس يحزن إن كان طريقه خالياً من الضيقات التى هى علامة من علامات الطريق . فهو إن عاش فى راحة دائمة ، يقول فى شك : لعلنى أخطأت الطريق .

المؤمن الحقيقى يفرح بالضيقات ، كقول الرسول : « لذلك أسر بالضعفات والشتائم والضرورات والاضطهادات والضيقات لأجل المسيح » (٢ كو ١٢ : ١٠) و يشعر كلما أصابته ضيقة أنه يسير فى طريق الرسل والآباء ، والأنبياء الذين كانت حياتهم هكذا ..

يفرح بطريق أيوب ولعازر المسكين ، لان تعزيات كثيرة فى انتظاره ،

لذلك فإن المؤمن الحقيقى يرفض أن يستوفى أجره على الأرض ، أو أن ينال خيراته ههنا ، واضعاً آماله كلها فى « المدينة التى لها الأساسات ، التى صانعها و بارئها الله » (عب ١١ : ١٠) .

ويحتمل كل ذلك فى فرح ورضى .

يحتاج فى كل ذلك أن يقرأ عن محبة الرب وحنوه وإشفاقه ، مع أمثلة كثيرة عن معاملاته لأولاده ، كإشفاقه على إيليا والأرملة أثناء المجاعة (١ مل ١٧) وإرساله ملاكاً لدانيال سد أفواه الأسود ، وأنقاذه للفتية فى أتون النار .

وليقرأ قصصاً فى رعاية الله للآباء السواح والمتوحدين ، وللشهداء والمعترفين ، وقصصاً فى قبول الله للتائبين .

وإلى جوار هذا الإيمان ، فليكن هناك رجاء فى عمل الله معه فى المستقبل ، وهنا نطرق نقطة أخرى وهى :



الرجاء كعلاج للكآبة

ونقصد بالرجاء النظرة المستبشرة من جهة المستقبل ، وعدم الاستسلام لليأس مهما كانت الظروف ضاغطة ومهما كانت الحالة سيئة ..

إن الذى يعيش فى الرجاء ، لا تزعجه الضيقة الحاضرة ، إنما يبهجه الحل القريب لهذه الضيقة ، وهكذا يكون الإنسان دائم التفاؤل ، واثقاً تماماً أن كل خطأ لابد سيصحح ، وكل باب مغلق لابد سينفتح .

طبيعى أن اليأس يلد كآبة ، والكآبة هى أيضاً تلد يأساً .

وكل منهما يكون بالنسبة إلى الآخر سبباً ونتيجة ، أما المؤمن الحقيقى فهو بعيد عن كليهما .

بالرجاء يرى الحل قائماً أمامه ، وبهذه الرؤية يفرح قلبه و يسر ، وكما قال الرسول :

« فرحين فى الرجاء » (رو ١٢ : ١٢) .

وفى الفرح بالرجاء ، و بالحل الآتى عن طريق الإيمان ، يمكنه أن يصبر ويحتمل .



الصبر كعلاج

الذى يريد حلاً سريعاً لمشاكله ما أسهل أن يقع فى الكآبة كلما وجد الأيام تمر به والحالة كما هى فى ضيقها .

أما الإنسان الواسع الصدر ، فيعطى مدى زمنياً للمشكلة لكى تنحل .

و يكون مستعداً للصبر ولو إلى سنوات طويلة ، واثقاً بأن الرب سيأتى ولو فى الهزيع الأخير من الليل .

ولا ينتظر وهو متضايق كئيب ومنحصر فى نفسه ، إنما وهو راضى القلب ، فى ثقة كاملة بعمل الله .

يقول لنفسه : لابد أن الرب سيأتي ولا يهمني متى ؟ إنما الذى يهمنى هو ثقتى بمجيئه ..

وهو يرى أن الوقت الذى يختاره الله ، هو أفضل الأوقات ، هو الوقت المناسب الذى تحدده حكمة الله ، و يرضاه حسن تدبيره الإلهى .. لهذا يقول المزمور :

« انتظر الرب ، تقو وليتشدد قلبك وانتظر الرب » (مز ٢٧ : ١٤) .

وتسأل إلى متى فيجيبك : « انتظرت نفسى الرب من محرس الصبح حتى الليل » (مز ١٣٠) . تقول : وإذا لم يكن عندى صبر ؟ أقول لك : دع المشاكل تعلمك الصبر. وأيضاً فإن الإيمان والرجاء يدربانك على الصبر.

وإن لم تصبر ، ستتعب نفسك وتكتئب ..

الصبر أفضل ، وليكن صبراً فى ثقة وفى يقين بعمل الرب ..

ننتقل إلى نقطة أخرى فى معالجة الكآبة وهى :

القناعة أو التجرد

فضيلة التجرد تقضى على الكآبة تماماً .. لأن الذى تخلص من جميع الرغبات والشهوات ، على أى شيء سوف يكتئب ؟.. انه لن يجد مطلقاً سبباً يدعو إلى الاكتئاب . ولهذا نسمع فى كل قداس قول الكتاب :

« لا تحبوا العالم ، ولا الأشياء التى فى العالم .. العالم يمضى ، وشهوته معه » (١يو ٢ : ١٥ ، ١٧) .

كل أمور العالم زائلة ، بما فى ذلك الكرامة ، والصيت والغنى والسلطة .. فإن ضاع من إنسان مؤمن شيء من هذا أو ما يشابهه ، فلن يحزن بسببه أو يكتئب .. بل أن القديس بولس الرسول يقول :

« خسرت كل الأشياء ، وأنا أحسبها نفاية » (فى ٣ : ٨) .

وطبيعى أن الذى يحسب كل شيء نفاية ، لن يكتئب بفقدان شيء ، وكما قال

القديس أوغسطينوس : [جلست على قمة العالم ، حينما أحسست فى نفسى أنى لا أخاف شيئاً ولا أشتهى شيئاً] ..

فإن لم تكن عند الإنسان فضيلة التجرد فلتكن عنده على الأقل فضيلة القناعة .

فيكتفى بما هو فيه ، ولا يطلب ما هو أكثر ، أو ما هو أفضل ، إلاَّ فى حدود ما يسمح له الله به .. لا يرتئى فوق ما ينبغى .. بل يحيا «حسبما قسم الله له نصيباً من الإيمان» (رو ١٢ : ٣) .

مثل هذا الإنسان لا يمكن أن يكتئب بل يقول فى رضى :

مادم الله المحب يرضى لى بهذا الوضع ، فأنا أيضاً راض به ..

وبهذا الشعور ، لن يتخلص فقط من الكآبة ، بل بالأكثر يصل إلى حياة الشكر ..



حياة الشكر وقاية وعلاج

الإنسان المتدرب على حياة الشكر لن يُصاب إطلاقاً بالكآبة ..

ولهذا يقول لنا الرسول : « شاكرين فى كل حين ، على كل شىء » (أف ٥ : ٢٠) ويقول أيضاً : « افرحوا كل حين ... اشكروا فى كل شىء » (١تس ٥ : ١٦ ، ١٨) .

وهكذا تضع لنا الكنيسة صلاة الشكر فى مقدمة كل صلاة ، لا لكى نصليها فقط ، بل لكى نحيا حياة الشكر ..

نشكر الله على كل حال ، ومن أجل كل حال ، وفى كل حال .. حتى فى وفاة أى حبيب نبدأ الصلاة عليه بالشكر .

وإن كنا نشكر ، فلماذا نكتئب ؟

يقيناً أن هناك مَن يصلى هذه الصلاة دون أن يحياها ..

عود نفسك إذن على حياة الشكر وفى كل ما يمر بك من أحداث ، قل أشكرك يارب . لابد أن وراء هذا خيراً ، وإن كنت لا أعلم ..

حتى ان كان هناك شر ، ستحوله أنت إلى خير : يا صانع الخيرات يا محب البشر..

الإنسان الذى يحيا فى الشكر ، هو بلا شك إنسان مؤمن .. مؤمن بخيرية الله وصلاحه ، ومحبته ، وحكمته . فإن فقد الشكر، وبالتالى فقد حياة التسليم للمشيئة الإلهية ، وهكذا انحدر إلى الكآبة .. يكون إيمانه قد اهتز..

أما الذى يشكر على كل شيء ، فإنه ليس فقط يرتفع فوق مستوى الكآبة وإنما أكثر من هذا يصل إلى حياة الفرح .



المؤمن الذى يحيا فى حياة الفرح بالرب ، لا تستطيع الكآبة أن تصل إليه .

هو فرحان لانه وجد الرب . ومع الرب أصبح لا يريد شيئاً ، ولا يكتئب بسبب شيء ، يكفيه الله .

الذى تعود حياة الفرح ، يهرب بطبيعته من الكآبةوكل أسبابها .

وإن صادف شيئاً متعباً ، لا يفكر فيه كثيراً ، ولا يفحص أعماقه المحزنة إنما يلقيه جانباً ، حتى لا يعكر فرحه بالرب .

إنه يرى الكآبة حرباً من الشيطان ، يحاول بها أن ينزع فرحه الإلهى منه ليلقيه فى الحزن .

وهو لا يستسلم لحرب الشيطان ، بل يتمسك فى إصرار بقول الرب لتلاميذه : « ولا ينزع أحد فرحكم منكم » (يو ١٦ : ٢٢) .

لذلك عيشوا فى حياة الفرح ، والبشاشة ، وابعدوا عن التدين المريض الذى يدعوكم إلى الكآبة .

اجمعوا آيات الكتاب التى تدعو إلى الفرح ، وأحفظوها عن ظهر قلب ، ورددوها بين الحين والآخر. واسترجعوها فى ذاكرتكم كلما أحاطت بكم الضيقات وكلما حاربتكم الكآبة .

وثقوا أنكم بالفرح والبشاشة تقدمون مثالاً طيباً عن التدين السليم وثمره فى القلب ..

وهكذا ينجذب الناس إلى الدين ، الذى استطاع أن يجعل حياتكم سعيدة .

أما التدين الذى يلقى صاحبه فى كآبة ، فإن الناس يخافونه و يهربون منه ، لئلا يصيبهم منه ما أصاب غيرهم ..

وحينما أقول الفرح ، لا أقصد الفرح العالمى ، بل الفرح بالرب ، وهو فرح أعمق وأصدق .

والبشاشة أيضاً، ليست هى ما فى أهل العالم من انحلال أو استهتار، وإنما هى نور الفرح الإلهى، والسلام الداخلى، والإيمان، يشع على الوجه فيبسط ملامحه، و يعلن انه سعيد بالحياة المقدسة التى يحياها..

والإنسان البشوش دائماً يتعزى الناس بمنظره فى وسط الضيقات. وهو كلما أحاطت به مشكلة، يتركها خارج قلبه، ولا يسمح أن تدخل داخل قلبه..

هو بعيد عن التعقيد ، يأخذ كل المشاكل ببساطة قلب ، وإن أحاطت به مشكلة ، يعمل على حلها بقدر ما يستطيع ، و يقول أنا ألقيتها بجملتها على الله ، و يستمر فى فرحه .

نقطة أخرى فى علاج الكآبة وهى :



ونقصد بها أن تعيش فى الواقع وليس فى الخيال ، ولا فى مثاليات خيالية ..

لا تتصور وضعاً خيالياً لتعيش فيه أو مثاليات خيالية ليعيش فيها غيرك فإن لم تجد هذا ولا ذاك ، تلقى بنفسك فى الكآبة..

إن مات لك حبيب أو إن فاتتك فرصة ، أو إن فقدت شيئاً ، أو إن أصابك مرض، عش فى واقعك.

أعمل ما عليك ، واترك الباقى لله ولا تعش فى كآبة ، متخيلاً الوضع المثالى الذى كان ينبغى أن تكون فيه.لنفرض أن إنساناً أصيب فى حادث وبترت له ساق أو ذراع ، أيحيا فى كآبة طول عمره أم أنه يرضى بواقعه ، و يتأقلم حسب الوضع الذى هو فيه .

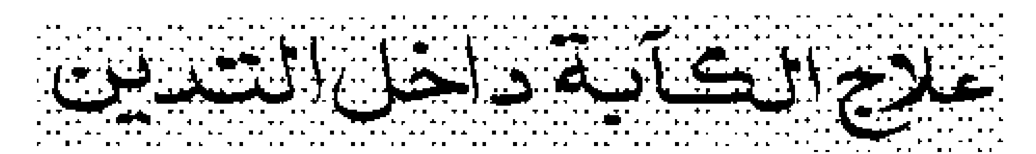
كذلك لا تفترض مثالية خيالية فى جميع الناس ، ولا حتى فى خدام الكنيسة ، افترض الواقع ، انهم بشر لئلا إذا صدمت بمثالية أحدهم ، تتحطم وتتعب وتكتئب ..

إن أخطأ منهم أحد ، صل من أجله ، ولا تتعقد بسببه . إن الكتاب قد شرح لنا أخطاء رسل وأنبياء وقديسين ، و بقوا فى حكم الله كما هم ، على الرغم من أخطائهم .

أخطاء الناس اعتبرها طبيعية ، جزءاً من طبيعة الإنسان المائلة ، ولا تدعها تحطم نفسيتك .

كثير من الناس يتعبون من معاملات الآخرين وأخطائهم ، كما لو كانوا يفترضون فى هؤلاء الآخرين عصمة لا تخطىء ، بينما العصمة هى لله وحده..

ننتقل إلى نقطة أخرى فى علاج الكآبة وهى :



ومن أمثلة ذلك سوء الفهم لآيات يفهم منها أن خطاياه لا تغفر .

وهذه الآيات تحتاج إلى فهم سليم إذا لم يستطع أن يصل إليه ، عليه أن يسأل العارفين ، وإن لم يقنعه أحدهم ، يسأل غيره ، ولكن لا يدفعه كل ذلك إلى الكآبة ، ومن أمثلة هذه الآيات :

١ ـ خطية التجديف على الروح القدس :

ربما يصل إنسان إلى كآبة مرضية ، شاعراً أنه هالك ولا رجاء فيه ، لوقوعه فى خطية التجديف على الروح القدس وهذا نقول له :

إن الذين أنكروا لاهوت الروح القدس لما تابوا قبلتهم الكنيسة .

فليس التجديف هو أن يأتيك فكر ردىء من جهة روح الله ، أو أن تلفظ بكلمة إزدراء عليه .. فكل ذلك يمكن مغفرته ، والخطية الوحيدة التى بلا مغفرة ، هى التى بلا توبة .

والتجديف على الروح القدس هو رفض مدى الحياة لكل عمل للروح القدس فى قلبك. وبهذا لا تتوب ، لان التوبة تأتى بعمل الروح

ومع عدم التوبة يكون عدم المغفرة . إما إن تبت ولو بعد عشرات السنين ، لا يكون رفضك السابق تجديفاً لأنه ليس مدى الحياة .

٢ ـ مثال آخر يتعب البعض ، وهو قول الكتاب عن عيسو إنه :

« لم يجد للتوبة مكاناً ، مع انه طلبها بدموع » (عب ١٢ : ١٧) .

وهذا الأمر ليس عن خطية معينة ، وإنما عن بيعه البكورية ، وكان البكر سيأتى من نسله المسيح ، فأصبح المسيح سيأتى من نسل يعقوب الذى أخذ البكورية ، ومن المحال أن يأتى من نسل يعقوب وعيسو معاً .

هذا هو الأمر الذى تاب عيسو عنه ولكن بعد فوات الفرصة ..

أما كل توبة أخرى ، فلها مغفرة والسيد المسيح يقول : « مَن يقبل إلىَّ لا أخرجه خارجاً » (.يو ٦ : ٣٧) . فمتى أقبلت إليه تائباً لا يمكن أن يطرحك خارجاً ، حسب وعده الإلهى .

٣ ـ ومن الأخطاء التى يقع فيها البعض وتوصل إلى الكآبة ..

التركيز على ثقل الخطية وليس على محبة الله ..

وقد رد الله على ذلك بقوله : « إن كانت خطاياكم كالقرمز ، تبيض كالثلج » (إش ١ : ١٨) . وقد قال أحد الآباء إن كل خطايا البشر بالنسبة إلى حنان الله ورحمته ، مثل قطعة من الطين ألقيتها فى المحيط ..

لذلك على الوعـاظ والمرشدين إن وجدوا إنساناً على حافة اليأس ، ألاَّ يركزوا على بشاعة الخطية ، بل على حنان الله واشفاقه و يضربون أمثلة من مغفرته للخاطئين ..

٤ ـ مما يجلب الكآبة أيضاً :

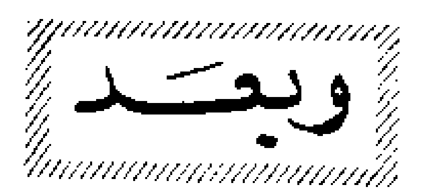
الحديث عن الكمال الصعب الوصول إليه ..

إلى جوار الحديث عن الكمال ، ينبغى الكلام عن أن الله يقبل كل عمل صغير مهما كان تافهاً ، كامتداحه كأس الماء البارد ، وذهاب ملكة التيمن إلى سليمان ، وفلسى الأرملة .

كما أن الكمال يصل إليه الإنسان بالتدريج .. والله يقبل كل خطوة ..

٥ ـ كذلك مما يدفع البعض إلى الكآبة محاولة تقليد دموع القديسين .

ومع امتداح دموع التوبة والحب .. فإن القديسين كانت لهم بشاشة ، واضحة فى حياة القديس أنطونيوس ، والقديس سرابيون الكبير والقديس مقاريوس الاسكندرى .



نحن ننصح الجميع بعدم التطرف فى حياتهم الروحية ، ونقول لهم :

هذا العالم الحاضر لا يخلو من المتاعب فلنعش فى واقعية ، وندرب أنفسنا على الفرح مهما كانت ضيقاته .

ولا نبالغ فى حجم المشاكل ولا فى صعوبة حلها ، فلكل مشكلة حل .

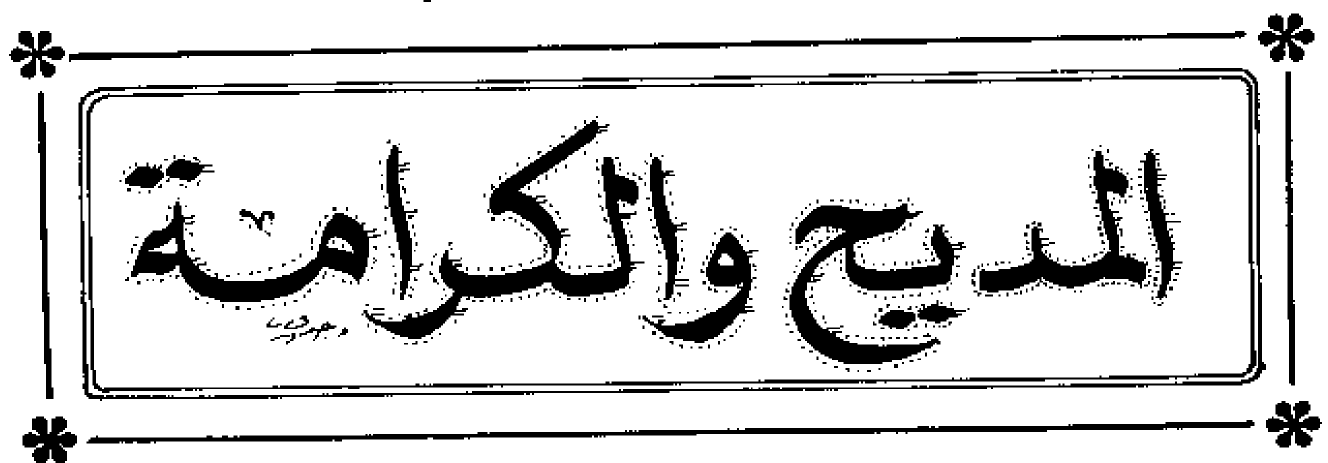
وان وقع أحد فى الكآبة ، عليه أن يخرج منها ، مهما كان سببها . وترك الكآبة فى نفسه يتعبه ويمرضه و يعطل حياته الروحية ، و يعوق صلته بالمجتمع المحيط به .

وترك النفس فى الكآبة يتعبه ويمرضه فلا داع للبقاء فيها .



الفصل الثالث عشر





الذين لا يحبون المديح

محبو المديح (٦ أنواع)

شرور تنتج عن محبة المديح

علاج محبة المديح والكرامة

بطلان الكرامة العالمية

المديح ليس دائماً

التخلص من إعجابك بنفسك

تذكر خطاياك

تذكر درجات أعلى

تذكر عمل النعمة معك

احتمال مذمة غيرك

اخفاء الفضائل

الهرب من محبة الرياسة

مثال القديس بنونيوس

تحدثنا فى مقال سابق عن محبة المظاهر الخارجية . ومحبة المظاهر ناتجة عن محبة المجد الباطل ، وفى مقدمتها محبة المديح والكرامة . وهنا نوجه النظر إلى مبدأ هام وهو:

المديح شيء . ومحبة المديح شيء آخر وقد يمدح الإنسان ولا يخطيء . ولكنه إذا أحب المديح يكون قد أخطأ.

لا شك أن المتفوقين والبارزين وأصحاب المواهب قد مدحوا فى حياتهم والرسل والأنبياء والآباء قد سعى إليهم المديح أيضاً دون أن يخطئوا حينما سمعوه والقديس بولس الرسول قال عن خدمته وخدمة رفقائه : « بمجد وهوان ، بصيت حسن وصيت ردىء » « ٢ كو ٦ : ٨) .

إذن نالوا مجداً وصيتاً حسناً ، ولم يخطئوا فى كل ذلك .

والسيد المسيح نفسه كثيراً ما كانوا يمدحونه ، و يبهتون من كلامه وتعليمه و يقول بعضهم لبعض ، ما رأينا قط مثل هذا ولكنه ما كان يهتم بهذا ، بل كان يقول : « مجداً من الناس لست أقبل » (يو ٥ : ٤١) .

الذين لا يحبون المديح

١ ـ نوع يسمعه : وكأنه لم يسمع .. وكما قال القديس مقاريوس الكبير:
[لا يبالى بكرامة ولا بهوان] .. مات عن كليهما ..

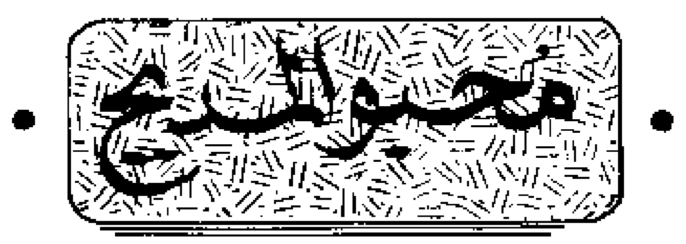
٢ ـ نوع آخر يهرب من المديح الذى يأتى إليه ، سواء كان مديحاً من الناس أو من داخل نفسه ، أو من الشياطين .

٣ ـ والنوع الثالث ، من مبالغته فى كراهية المديح ينسب إلى نفسه عيوباً ليست فيه ..

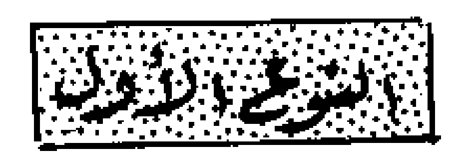
كبعض القديسين الرهبان الذين كانوا يتظاهرون بالجهل أو بالخبل أو بأهمال العبادة ، ومثل تلك القديسة الراهبة التى قال عنها القديس الأنبا دانيال : [تعالوا لأريكم عظم فضائل هذه القديسة التى تدعونها « الهبيلة » !] .

وهذا النوع كان يفرح بكلمة المذمة حينما يسمعها .

وبمثل هذه المذمات ، كان يغطى فضائله فلا تظهر ، مكتسباً فضيلة أعظم هى الاتضاع .



أما محبو المديح فهم على درجات متفاوتة فى الخطأ ، نذكر من بينها :



هو الذى يأتيه المديح ، دون أن يسعى إليه . ولكنه يفرح بهذا المديح ويبتهج .

وهذا النوع على درجات :

أ ـ إنسان يسر بالمديح ، ويسمعه صامتاً ومسروراً فى داخله ، دون أن يشعر به أحد .

ب ـ وإنسان آخر يسمع المديح ويتسبب فى الاستزادة منه . فيقول بعض العبارات التى تجعل مَن يمدحه يزيد فى مدحه . كأن يجره من موضوع المديح ، إلى موضوع آخر يستحق المديح أيضاً .. أو يذكره بتفاصيل قد نسيها تكون موضعاً لمديح جديد .

جـ ـ وهناك إنسان يحب المديح ، ويسمعه وهو مسرور . ولكنه يتظاهر برفضه لهذا المديح ، متمنعاً بأسلوب يجعل مادحه يزيد فى مدحه . وقد يعيب هذا الإنسان فى نفسه ، لكى يدافع المادح عنه بعمق أكثر ! وهنا يخلط محبة المديح بالرياء أيضاً .



وهو أصعب من سابقه قليلاً تمثله حال إنسان لم يأته المديح . ولكنه يشتهيه ويحب أن يسمعه . وفى اشتهائه يسلك أحد طريقين :

أ ـ يشتهى المديح ، و يظل صامتاً حتى يصله ، متحيلاً أسباباً لذلك .. كأن يبدأ الحديث فى موضوع معين له فيه موقف يستحق المديح ، و يتدرج فى الكلام حتى يصل إلى هذه النقطة و يترك غيره يركز عليها .

ب ـ حالة أخرى . وهى إنسان يشتهى المديح ، و يعمل أعمالاً صالحة أمام الناس لكى ينظروه وهذا ما تكلم الرب عنه فى (مت ٦) .



وهو أصعب من النوعين السابقين :

تمثله حالة إنسان يحب المديح و يشتهيه ، دون أن يصل إلى ذلك . فيتحايل بأسباب توصل سامعه إلى مدحه ومع ذلك لا ينال ما يشتهى .

فيكره الشخص الذى لا يمدحه ، و يعتبره خصماً وعدواً ، و ينشأ بينهما نوع من القطيعة !

فعلى الرغم من أن هذا الإنسان لم يغضبه إلاَّ أنه فى نفس الوقت لم يجامله ببعض الكلام الطيب ، أو لم يقابله مقابلة يتوقعها ، أو بدرجة معينة من الاحترام !

هذا الذى يكره مَن لا يمدحه ماذا يفعل إذن بمَن ينتقده ؟!

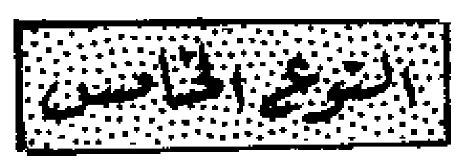
إذا كان الساكت فقط ، دون أن يمدحه ، يقابل منه بهذه الكراهية ، فكم يكون شعوره إذن تجاه ناقديه ؟! لا شك أن هذا النوع لا يحيط نفسه إلاَّ باصدقائه ومحبيه ومريديه ، بالصنف الذى يريحه ...



وهو نوع تجتمع فيه كل الأنواع السابقة و يزيد عليها أيضاً ، فهو يشتهى المديح ، و يسر عندما يسمعه و يكره مَن لا يمدحه . ولا يكتفى بكل هذا ..

إنما يمدح نفسه ، إن لم يجد أحداً يمدحه .. و يظل يحكى أمام الناس أعماله الفاضلة .

انه يتحدث كثيراً عن نفسه ، و يبرز ذاته فى كل مناسبة . و يدخل فى كلامه عنصر الافتخار، حتى لو بدأ أنه يسرد مجرد وقائع .



وهو أصعب من سابقه بكثير ، فالنوع السبق قد افتخر بالأعمال التى قام بها فعلاً . كشفها أمام الناس لكى يروها و يقدروها .

ولكن النوع الأصعب هو هذا :

إنسان يمتدح نفسه بما ليس فيه فيذكر عن نفسه فضائل ليست له ، أو يبالغ فى مدح نفسه ، أو ينسب إلى ذاته فضائل أو أعمال غيره .

وعلى عكس هذا المثال الذى ذكرناه تحضرنى قصة راهب قديس كان ينكر ذاته جداً . فحينما كان يعمل عملاً حسناً من أجل الدير لا شك أن الكثيرين سيمدحونه عليه ، كان يشرك أحد الرهبان معه ، ولو فى جزء طفيف من العمل ، أو فى نهاية العمل تقريباً . فإذا ما سئل عن العمل بعد نهايته ، ينسب الفضل لهذا الراهب الذى ساعده ، و يقول : [أبونا فلان ، البركة فيه ، عمل وعمل ..] .

مثال آخر ، نذكره فى عدم التركيز على الذات فى المديح ، وهو مثال اللاعبين الذين يلعبون بروح الفريق Team work .

فلو أن كل لاعب أخذ الكرة مثلاً وظل يجرى بها وحده ، لكى يصيب الهدف بنفسه ، و ينال فخر ذلك لانهزم الفريق لا محالة . ولكننا نرى أن اللاعب يمرر الكرة إلى غيره ، وهذا يمررها أيضاً إلى غيره لكى يصيب الهدف .. المهم أن الفريق هو الذى ينتصر ، وليس المهم بواسطة مَن ! هنا إنكار الذات الذى هى عكس محبة المديح .

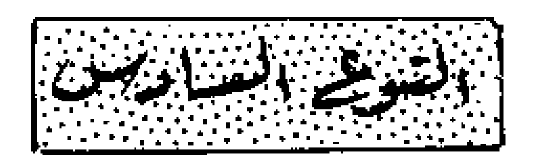
أما الذى يركز على نفسه ، ويتجاهل دور غيره ، فإن يتجاهل عمل النعمة معه ، ومعونة الله له أيضاً .

ففى كل عمل حسن يعمله ، ينسب كل شيء إلى نفسه ، ولا يذكر اسم الله إطلاقاً ، بعكس القديس يوحنا المعمدان الذى كان يخفى ذاته ليظهر الرب ، و بعكس قول المزمور:

« ليس لنا يارب ، ليس لنا ، لكن لاسمك اعط مجداً » (مز ١١٥ : ١) .

يقينا أن كل عمل فاضل قد عملناه ، لم نعمله وحدنا بدون معونة إلهية ! فهوذا الكتاب يقول : « إن لم يبن الرب البيت فباطلاً يتعب البناءون » (مز ١٢٧ : ١) .

إن نجاح أى عمل ، لا يتوقف على عامله فقط ، فقد تكون هناك ظروف خارجية كثيرة ساعدت على ذلك ، و يد الله التى أعانت أو التى مهدت هذه الظروف ..



وهو أسوأ الأنواع كلها .

فبالاضافة إلى أنه يجمع كل ما سبق من أنواع ، إلاَّ أنه يزيد فى أنه :

قد تزيد محبة المديح عنده ، إلى أنه يحب أن يكون المديح له وحده فقط ..!

ولذلك فإنه يتضايق جداً إذا ما مدح أحد غيره . يتضايق من المادح ومن الممدوح . ويحسد هذا الممدوح ، و يغير منه ، وقد يوجه إليه عيوباً ، ويحقد عليه .

بعد أن تحدثنا فى إيجاز شديد عن هذه الأنواع الستة من محبى المديح ننتقل إلى الحديث عن :

شرور تنتج عن



إنها كثيرة جداً . وربما نتعرض فى هذا المقال إلى أربعة عشر نوعاً . وهى :

١ - الريـــــاء ..

محب المديح يصير إنساناً مرائياً ، يكون غرض الخير عنده هو أن يراه الناس ، دون أن يكون للخير قصد فى ذاته ، فهو لا يحب الخير لذاته ، وإنما حباً للظهور..!

٢ ـ الغضب وعدم الاحتمال ..

محب المديح دائماً يخفى عيوبه . وهكذا بالضرورة لا يحتمل أن ينسب إليه عيب .. فهو يكره الانتقاد . وإذا انتقده أحد ، لا يطيق ذلك مطلقاً . وقد لا يقف الأمر عند حدود عدم الاحتمال ، بل ربما يتطور إلى الغضب والهياج والنرفزة والثورة ..

بل قد تتعبه النصيحة ، ويتعبه التوجيه ، إن كان يظهر نقصاً فيه !

إنه يحب أن تكون نفسه جميلة فى عينيه باستمرار . فمن يكشف له عيوباً فى نفسه ، يتعرض لغضبه ، صوناً لجمال هذه النفس .

وهنا نشير إلى أن أنواعاً كثيرة من الغضب ، يكون علاجها بعلاج محبة المديح والكرامة ، التى فيها يعتبر الانسان كل نقد وتوجيه كأنه إهانة وقد يتطور الأمر إلى :

الكـــــراهية :

فلا يكره فقط مَن ينتقده ، وإنما قد يكره أيضاً مَن لا يمتدحه ، وقد يكره مَن يمدح شخصاً آخر غيره ، وبخاصة لو كان هذا المديح خاصاً بعمل اشترك هو فيه ، ويحب أن يستأثر بالفخر كله لنفسه !

٤ ـ الحســـــد :

الذى يحب المديح والكرامة ، يحسد كل مَن يناله مديح وكرامة ، ويود لو كان يأخذ كل ذلك بدلاً منه . إذ هو لا يحب أن يكون أحد أفضل منه !

٥ ـ إدانة الغير والتشهير به :

وإذ هو يحب أن يكون متفوقاً على الكل فلكى يكون مشاركوه أقل منه ، قد يعيب شخصياتهم وأعمالهم . وبهذا نراه دائماً ينتقص من قدر غيره لكى يكون هو الأفضل بالمقارنة .

٦ ـ وبذلك يخسر محبة الناس :

إن الناس يكرهون الافتخار والتباهى ففيما يسلك محب المديح بهذا الأسلوب يخسر تقدير الناس . وفيما يشهر بغيره ، و يفضل ذاته على غيره ، يخسر محبة الناس أيضاً .

٧ ـ ومحب المديح يحب المتكآت الأولى :

يحب العظمة ، يحب الظهور ، يحب أن يكون الأول ، وأن يكون الظاهر موضع اهتمام الناس ، وموضوع حديثهم وكل هذا يجعله يدخل فى مناقشات ومشاحنات مع غيره . وكل مَن يراه ظاهراً ، يحاول أن ينزله ، و يقول عنه إنه ردىء !

٨ ـ وقد يقع فى الكذب أيضاً :

لا مانع عنده من الكذب ، إن كان هذا يوصله إلى المديح . فهو قد يكذب فيما ينسبه إلى نفسه من فضائل ، وفى إعطاء الآخرين صورة مثلى عن ذاته ليست هى له . وهو قد يكذب فيما ينسبه إلى غيره من عيوب.. و يكذب بأن ينسب إلى نفسه مواقف ، الفضل فيها للغير.

٩ ـ وقد يقوم بمؤامرات ودسائس :

وذلك ضد مَن يراهم منافسين له فى الكرامة ، حتى ينزعهم من طريقه ، و يبقى الفخر كله له وحده .

١٠ ـ وربما يمتلىء بالشر :

فيشتهى موت غيره لكى يأخذ مكانه ! وقد يشتهى خراب الآخرين وضياعهم لكى يأخذ هو مركزهم . وقد يشتهى بالنسبة إلى زميل له ، أن يغضب عليه رؤساؤه ، أو أن توجه إليه تهمة ، لكى يظهر هو، ويخلو الجو له .

وقد لا يصل إلى المستوى الذى يلفق فيه تهماً ضد غيره ، ولكنه يسر فى داخله إذا وجهت هذه التهم من طريق آخر..!

١١ - ومحب المديح كثيراً ما يصبح مشكلة للمجتمع الذى يعيش فيه :

فهو دائماً عبء على هذا المجتمع وتصرفاته توقع الآخرين فى الإدانة أو فى الاشمئزاز. وسعيه لان يصبح كل شىء فى يديه، وكل مديح موجه إليه، يجعله لا يعطى فرصة لغيره، فيتعب كل مَن يشترك معه فى عمل .

وعدم قبوله النصح والتوجيه يجعله عقدة صعبة الحل أمام مَن يتعاملون معه .

وهو قد يغلى أحياناً من الداخل ، ولا يستطيع أن يقدم سبباً لغليانه .

فهو مريض ، لا يمكن أن يفصح عن حقيقة مرضه . وهو أيضاً مريض يرفض كل علاج . ولا يشعر فى داخله أنه مريض .

وهو سريع الحساسية والتذمر .

لا يحتمل أحداً . وقليلون هم الذين يستطيعون احتماله . ربما لو دخل زائر وسلم على غيره بحرارة أكثر منه يتضايق..!

١٢ - ومحب المديح قد يتحول إلى إنسان متلون غير ثابت :

ليس له خط واضح يسير فيه ، إنما هو يسير مع كل خط يوصله إلى المديح . انه يتلون مع الناس كيفما كانت صورهم .

فهو مع الشخص الوقور ، وقور ومتزن . وهو مع محب الفكاهة ، إنسان خفيف الظل إلى أبعد حد. هو مع محب الصمت ، يصمت ومع المتكلمين يتكلم ، ليظهر أنه واسع المعلومات .

إذا وجد الدفاع عن شخص يكسبه مديحاً ، يدافع عنه .
وإن وجد الكرامة فى مذمة هذا الشخص يذمه ويبالغ فى ذلك !

يدافع عن الحق ، إن كان هذا يضعه فى موقف البطولة ، أما إذا كان الدفاع

يسبب له ضرراً، أو يعرضه إلى إدانة تنقص من قدره، فانه يقول لنفسه: «يصمت الحكيم فى ذلك الزمان لان الأيام شريرة» (عا ٥ : ١٣).

إنه يريد المديح بأية الطرق، حتى لو كانت متناقضة!

واحد محب للنسك، لا يأكل أمامه وآخر يحب المتعة، يقدم له أصنافاً كثيرة على المائدة.

إنه يلبس لكل حالة لبوسها، و يتخد شكلاً يتفق وحالة الشخص الذى يتعامل معه، لكى ينال رضاه وثقته ومدحه، و يكون فى وضع كريم أمامه! وماذا أيضاً؟

١٣ ـ ومحب المديح قد يقع فى الغطرسة والكبرياء ..

مع كل ما تسببه الكبرياء من نتائج سيئة .. وفى نفس الوقت إن وجد أن التواضع يهبه هذه العظمة، و يكون به مكرماً أمام الناس، لا مانع من أن يبدو متواضعاً، لكى يمدح منهم!

١٤ ـ ومحب المديح يخسر حياته الروحية خسراناً كاملاً، ويخسر السماء والأرض:

يخسرها بكل هذه الأخطاء السابقة التى يقع فيها. ويخسرها لأن الفضائل التى يعملها تفقد روحانيتها لانحراف الهدف منها إلى محبة المديح. وهكذا لا تصبح له فضيلة على الاطلاق.

إنه مهما عمل ومهما تعب، يقف أمام الله صفر اليدين، ولا جزاء له عند الله، لأنه أخذ أجرته على الأرض.

باع كل أعماله بالكبرياء والمجد الباطل وبالمديح والكرامة. و يقول له أبونا إبراهيم: «إنك استوفيت خيراتك فى حياتك» (لو ١٦ : ٢٥). إنك لم تفعل فضيلة واحدة من أجل الله.

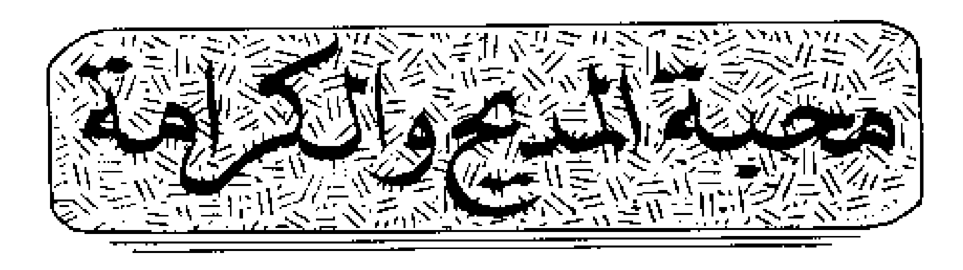
فيفقد أبديته كما يفقد الأرض أيضاً وقد يفقد الكرامة أيضاً.

فهو يفقد الابدية ، بسبب كل الخطايا التى يقع فيها . وهو أيضاً يفقد محبة الناس واحترامهم . ويعيش على الأرض شقياً ، يسعى بكل الطرق إلى المديح ، وينافس ويحسد ، ويفقد سلامه الداخلى .

وهو قد يفقد الكرامة أيضاً ، حسبما قال مار إسحق عبارته الجميلة :

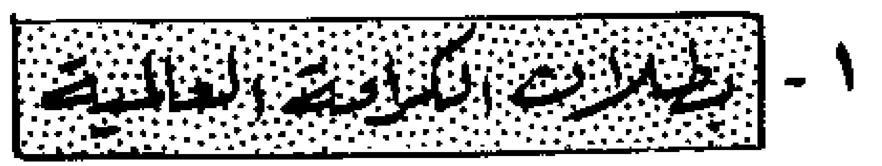
[مَن سعى وراء الكرامة ، هربت منه ومَن هرب منها بمعرفة ، سعت وراءه] .





سوف نضع أمامك بمشيئته بعض نصائح وتدريبات ، تختار منها ما يناسبك ، لان أسباب محبة المديح ومظاهرها تختلف من شخص إلى آخر فربما ما يناسب غيرك من النصائح لا يناسبك أنت .

وأول نصيحة نقولها لك هى :

١ - 

لابد أن تعلم جيداً أن مديح الناس لا يوصلك إلى ملكوت الله .. بل قد يعطلك عنه .

أنت لا تدخل الملكوت برأى الناس فيك ، بل برضى الله عنك .

وما أكثر زيف مديح الناس ..

البعض قد يمدحك بسبب المجاملة والبعض بسبب التشجيع ، والبعض بسبب أدبه الخاص . والبعض قد يمدحك لغرض معين فى نفسه ، أو بسبب التملق ، أو يمدحك لمجرد إرضائك إذ يعرف عنك أنك تحب هذا الإطراء ..!

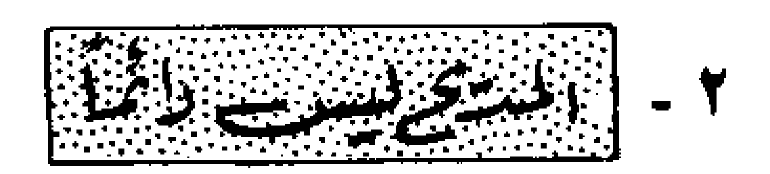
فلا تغتر بهذا الاطراء ، ولا تصدق كل ما يقال فيك من مديح . ولا تلتذ به سواء كان حقاً أو باطلاً .

ولا تجعل هذا المديح يسبب لك لوناً من المجد الباطل ، فهذا خطر على أبديتك . وقل مع السيد المسيح له المجد :

« مجداً من الناس لست أقبل » (يو ٥ : ٤١) ..

وحتى إن كنت قد عملت فعلاً أعمالاً حسنة ، قل لنفسك : ماذا يفيدني أن آخذ عن كل تعبى أجراً على هذه الأرض الفانية . مديحاً ، أو كرامة ، أو مناصب ورئاسات وفى الابدية أسمع تلك العبارات المخيفة :

« إنك استوفيت خيراتك فى حياتك » (لو ١٦ : ٥) ولذلك لم يعد لى نصيب فوق فى السماء ! حقاً ما أخطر هذا الأمر : أن نبيع الآخرة ، لكى نشترى هذه الدنيا !! واعرف أيضاً أن :

٢ - 

فمَن يمدحك الآن ، قد لا يمدحك غداً وقد يذمك بعد غد..! ليس الناس ثابتين فى مديحهم ، كما قد لا يكونون صادقين فيه..

وحتى إن كانوا صادقين ، انهم يمدحون مواقف معينة . وقد تتغير المواقف أو لا تثبت ..

وهناك أشخاص قد يمدحون فى وجهك ، و يتكلمون عليك من وراء ظهرك وذمهم لك قد لا يصل إلى سمعك ، بينما يسمعه آخرون .

كذلك أيضاً الذين يكرمونك لوضع معين أنت فيه ، أو لوظيفة تشغلها أو مركز كبير..

ربما يكرمون المركز ، وليس أنت . فان زال هذا المركز ، كأن تتركه أنت أو هو يتركك ، حينئذ لا يكرمونك كما كانوا يكرمونك من قبل..!

وربما أشخاص يمدحونك كثيراً ، ويكرمونك بدرجة كبيرة . ومع ذلك فانهم لا يثبتون على هذه الحال :

إنما نتيجة لدسائس الآخرين يتغيرون .

فقد يحسدك البعض على ما أنت فيه ، أو قد يعاديك البعض لسبب ما فيشيع عنك هؤلاء وأولئك أموراً تغير فكرة الناس عنك ! وما أكثر ما يشيعه البعض إدعاء وكذباً . وهكذا تجد إكرام الناس لك قد قل . وتغير أسلوب معاملتهم لك !

وربما كما نلت من قبل مديحاً لا تستحقه ، أصبحت تعانى من الناس ظلماً لا تستحقه !!..

إذن اهتم قبل كل شيء برضى الله عليك ، وبأجرك السماوى . ولا تضع كل اهتمامك فى ما يقدمه لك الناس من كرامة ، قد تكون زائفة أو زائلة !

٣ - التخلص من إعجابك بنفسك

من أخطر أنواع المديح التى تحارب الإنسان : مديح نفسه لنفسه . هوذا الكتاب يقول :

« **لا تكن حكيماً فى عينى نفسك** » (أم ٣ : ٧) ويقول أكثر من هذا : « الرجل الغبى حكيم فى عينى نفسه » (أم ٢٨ : ١١) .

وكما أنه من الخطأ أن يكون الإنسان حكيماً فى عينى نفسه ، كذلك خطأ أكبر أن « **يكون باراً فى عينى نفسه** » **(أى ٣٢ : ١) .**

وكل هذه الكبرياء الداخلية لها اضرارها ولها خطايا كثيرة تتولد منها فإلى جوار الخيلاء والمجد الباطل هناك أضرار أخرى :

إن كنت حكيماً فى عينى نفسك ، ربما تحتقر حكمة الآخرين ، وتكلمهم من فوق ، بروح التعالى !

وبهذه الروح ، لا تقبل نقداً من أحدٍ ولا نصحاً ، وتجد نفسك وقد اصطدمت بكل مَن يخالفك فى الرأى ، وبدأت تهاجمه . وهكذا تفقد الموضوعية فى الفكر ، وتحول

الخلاف فيه إلى أمور شخصية . وترى أن مَن يعارض فكرك قد عارض شخصك !

وإن كنت حكيماً فى عينى نفسك ، سوف لا تطلب الحكمة التى من فوق ولا التى عند الآخرين !

ربما تصل إلى مرحلة من الاكتفاء بالذات وهكذا تفقد النمو . حقاً ما أجمل قول سيدنا يسوع المسيح ، وهو يحادث الآب قائلاً : « أحمدك أيها الآب . لأنك أخفيت هذه عن الحكماء والفهماء ، وأعلنتها للأطفال » (مت ١١ : ٢٥) .

إذن قف أمام الله كجاهل ، حتى تأخذ من حكمته . ولا تحتقر عقل أحد ، لئلا ينزع الله منك الحكمة ..

حاول باستمرار أن تستفيد من كل أحد . فالكتاب قد علمنا أن نأخذ درساً حتى من النملة (أم ١ : ٦) ومن زنابق الحقل (مت ٦ : ٣٨) .

ومهما علوت فى الحكمة والمعرفة ، تذكر قول الكتاب ..

« وعلى فهمك لا تعتمد » (أم ٣ : ٥) .

أما البار فى عينى نفسه ، فانه لم يعرف نفسه بعد ، ولم يعرف أيضاً ما هى مقاييس البر!

ومثل هذا الشخص ، لكى يعالج نفسه ، و يتخلص من هذا البر الذاتى واعجابه بنفسه . ننصحه بالآتى :

٤ - تذكر خطاياك

كلما أتاك مديح من الناس من الخارج أو مديح من ذاتك من الداخل ، تذكر خطاياك ، وتذكر أيضاً نقائصك وسقطاتك وعيوبك .. وقل لنفسك فى صراحة تامة :

هؤلاء الناس يمدحوننى لانهم لا يعرفوننى . ولو عرفوا بعض نقائصى ، لتغيرت معاملتهم لى ..

وقل أيضاً : أشكرك يارب لأنك سترتنى . وهل بسبب سترك ، أتمادى أنا وأقبل المديح من الناس ؟! أو أنسى خطاياى ، وأبدأ فى مديح ذاتى كأنى لست أعرف ذاتى وعيوبها .. !

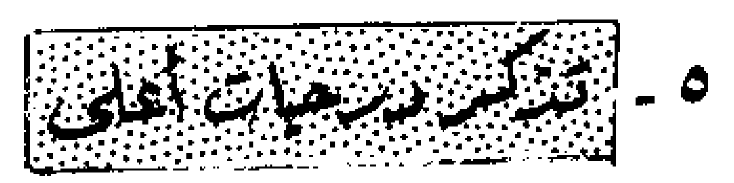
وتذكار خطاياك ، إن لم يغط على المديح ، فإنه لابد سيقلل تأثيره عليك .

انه يقيم نوعاً من التوازن داخل نفسك ولا يتركها فريسة لمحبة المديح . إنما يوقظها لتدرك حقيقتها ، و يوقفها عند حد معين من الاعجاب بالذات لا تتعداه .

وإن لم تذكر خطاياك الماضية ، فعلى الأقل خف من الخطايا المقبلة . فالكتاب يقول : «قبل الكسر الكبرياء ، وقبل السقوط تشامخ الروح» (أم ١٦ : ١٨) .

لذلك إن قبلت المديح ، أو فرحت به ، قل لنفسك : أنا الآن عرضة للسقوط ، بل بهذا المديح أنا فعلاً قد سقطت . فالأجدر لى أن أعالج نفسى بالاتضاع : إن حوربت بالبر ، أتذكر خطاياى . وإن حوربت بالحكمة والمعرفة ، فلا أنسى ما ينقصنى من معارف ، أو ما وقعت فيه أحياناً من أخطاء فكرية .

وهنا أوجه إلى علاج آخر هو :

٥ - 

كلما حوربت بالفضيلة أو المعرفة تذكر أنك لا شيء بالنسبة إلى ما هو مطلوب منك ، وبالنسبة إلى الدرجات العليا التى وصل إليها آخرون ..

نشكر الله أنه فى كل فضيلة من الفضائل ، قد ترك لنا القديسون أمثلة عالية جداً ومستويات تكاد تكون فوق إدراكنا .. إن قارنا أنفسنا بهم ، ربما تصغر نفوسنا فى أعيننا .

وهكذا فى المعرفة أيضاً وصل آباؤنا وبعض معاصرينا إلى درجات أعلى منا بمراحل ..

لذلك قارن نفسك بمَن هو أعلى منك حتى تتضع وحذار أن تقارن نفسك بمَن هو أقل منك كى لا ترتفع ..

وهنا قد تقف أمامك مشكلة أخرى لتجاربك وهى قولك حقاً أنا ضعيف وقليل المستوى بالنسبة إلى مستويات القديسين وقصص التاريخ . ولكننى أشعر أننى أعلى

بكثير من مستوى الوسط الذى أعيش فيه ، فكيف أقاوم إذن الشعور بالذات داخل نفسى ؟

حتى هؤلاء الضعفاء الذين تنتقدهم ربما فيهم فضائل وصفات تنقصك . وهذا هو الدرس الذى ألقاه السيد المسيح على الفريسيين ..

هذا الفريسى الذى افتخر على العشار قائلاً : أشكرك يارب أنى لست مثل سائر الناس الظالمين الخاطئين الزناة ولا مثل هذا العشار (لو ١٨ : ١١) أراه السيد المسيح أنه على الرغم من صومه وعشوره ، فإن العشار كان أفضل منه فى اتضاعه وفى انسحاق قلبه . كذلك أظهر الرب لذلك الفريسى الذى استضافه ، أن المرأة الخاطئة التى بللت قدميه بدموعها ، كانت أفضل منه ، وتفوقه حباً وكرماً واتضاعاً (لو ٧ : ٤٤-٤٧) ..

لذلك إذا قارنت نفسك بإنسان ووجدت أنك تفوقه فى أشياء ، افحص ربما يكون هو أفضل منك فى أمور أخرى ..

لا تقل أنا أكثر منه علما ، بل قل إنه أكثر منى بساطة ونقاوة قلب .. لا تقل أنا أفضل منه فى أصوامى وصلواتى بل قل هو أفضل منى فى احتماله وتسامحه ..

وثق انك لو تخليت عن كبريائك ، ستجد فى غالبية الناس فضائل تنقصك .

وهكذا وجد مار افرايم السريانى فى المرأة الخاطئة المتبرجة فضيلة تنقصه ! ووجد القديس الأنبا أنطونيوس فى المرأة التى تعرت أمامه لتستحم .. وجد فيها صوت الله إليه ! وهكذا أيضاً وجد القديس مقاريوس الكبير عند راعى البقر تعليماً ينفعه فى حياته . ووجد القديس موسى الأسود عند الصبى زكريا عطية من الروح القدس يحتاج إليها .

إن الله كثيراً ما كان يختار صغاراً لكى يوبخ بهم الكبار ..

لقد اختار رئيس النوتية الأممى ، لكى يوبخ به يونان نبى الله العظيم (يون ١ : ٦) . واختار إيمان المرأة الكنعانية ، ليوبخ به إيمان جيلها كله واختار لعازر المسكين ليوبخ به الرجل الغنى العظيم ، واختار جهال العالم ليخزى بهم الحكماء بل اختار المزدرى وغير الموجود ، ليبطل مَن يظن أنه موجود (١ كو ١ : ٢٧ ، ٢٨) .

لذلك لا تظن أنك كبير ، لئلا تقول لنفسك مع ذلك الجبار : أيها البرج العالى ، كيف سقطت ..

وإن ظننت أنك كبير وقوى ، تذكر أن الشيطان فى غروره يهوى جداً إسقاط الكبار والأقوياء ، لذلك هو يحاربهم بكل شدة و بأشد عنف .. ولهذا قال الكتاب عن الخطية انها :

« طرحت كثيرين جرحى ، وكل قتلاها أقوياء » (أم ٧ : ٢٦) .

أما إن كنت ترى نفسك باراً على الرغم من كل ذلك ولا خوف عليك من سقوط فاسمح لى هنا أن أقدم لك نصيحة أخرى وهى :

٦ - 

أنت قائم لم تسقط ، لأنك قوى ، وإنما لأن النعمة هى التى تسندك ..

لذلك لا تفتخر باطلاً بقوتك لانه لو تخلت النعمة عنك ، لشابهت باقى الساقطين ، ولا فرق !.. وكما يقول المزمور : « إن لم يحفظ الرب المدينة فباطلاً سهر الحارس » (مز ١٢٧) .

فإن وجدت نفسك قد نجوت من هجمات الشياطين ، تغنى بمعونة الرب لك ، وقل :

« لولا أن الرب كان معنا .. لابتلعونا ونحن أحياء ، عند سخط غضبهم علينا » (مز ١٢٤) ..

أنت مجرد أداة فى يد الله ، عمل بها الرب خيراً . فلماذا تركز على الاداة وليس على اليد التى عملت بها .

لماذا تنسى عمل النعمة فيك ، وتنسب عمل الله إلى نفسك ؟!

قل لنفسك باستمرار : أنا ، مَن أنا ؟! أنا لا شىء .. حفنة من تراب ورماد ! كتلة من الضعف والخطأ إن تخلت النعمة عنى ، لا أصبح شيئاً على الاطلاق . وهوذا السيد المسيح قد قال لنا : « **بدونى لا تقدرون أن تعملوا شيئاً** » (يو ١٥ : ٥) ..

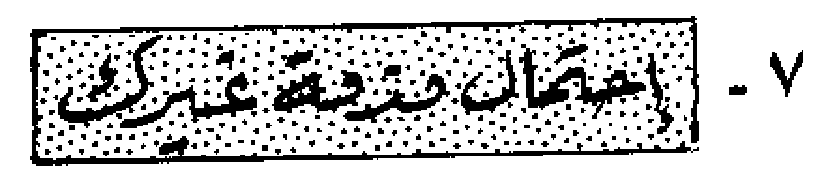
لذلك قل : أنا أخشى أنه بسبب الكبرياء ، تتخلى عنى النعمة . وحينئذ أسقط ، وانكشف أمام الناس ، على حقيقتى الضعيفة ..

لانه إن كنت فى كل مرة يعمل الله فيك ، تنسب الفخر إلى نفسك ، وتنسى عمل الله ! وتقبل مديح الناس لك ، دون أن توجه هذا المجد إلى الله .. لا مانع إذن من أن يتركك الله إلى نفسك لتعمل وحدها ، حتى ترينا قوتها التى تفتخر بها ، والتى تقبل المديح من الناس ..! وان حدث هذا فلابد أنك ستسقط ، لانك بدونه لا تستطيع شيئاً .. (يو ١٥ : ٥)

لذلك إن أردت الاحتفاظ بعمل النعمة فيك ، لا تمدح نفسك ، ولا تقبل مديحاً من آخرين ..

ولست أقصد بعدم قبول المديح أنك ترفض سماعه .. فقد لا تستطيع هذا وربما إن رفضت ، يزداد الناس مديحاً لك ، وهكذا تأتى بنتيجة عكسية . إنما أقصد انك لا تقبل المديح فى داخل قلبك ، ولا ترضى به ، ولا تصدقه ، ولا تلتذ به ..

وهناك نصيحة أخرى وهى :

٧ - 

بعض الذين يحاولون أن يهربوا من المديح ، قد يذمون أنفسهم أمام الناس وربما ينالون بذلك مديحاً أكثر .. عن قصد أو بغير قصد .. لذلك قال القديس سرابيون الكبير للراهب الشاب الذى لم يحتمل نصيحة منه ، واحمر وجهه ..

[لا تلم نفسك ملامة باطلة . فليس التواضع هو أن تذم نفسك ، وإنما أن تحتمل وتقبل المذمة التى تأتيك من آخرين] ..

لأنه ما أسهل أن يقول إنسان عن نفسه : [أنا خاطىء وضعيف] . ولكنه لا يحتمل أن يقول له غيره : [أنت خاطىء وضعيف] ..

أتراه يذم نفسه ، وهو غير مقتنع بما يقوله ؟! أو أنه يفعل ذلك لتؤخذ عنه فكرة أنه متواضع ، و يكون هذا الموقف لوناً من الرياء !!

أم أنه يقول عن نفسه إنه خاطىء لأن مذمته لنفسه لا تجرحه ، بينما مذمة الآخرين له تجرحه ، لأنهم أخذوا عنه فكرة كهذه ..!

أما المتواضع الحقيقى ، فانه يقبل المذمة يعتبرها كأنها اعتراف له صدر من غيره .. أو يقبلها فى مقابل مديح آخر قد ناله من قبل. ويقبلها لكى يغطى بها على فضائله فلا تظهر. أو يقبلها كجزاء أرضى له على خطايا قد ارتكبها من قبل ، معروفة كانت أو غير معروفة .

وقبوله المذمة من الآخرين فى داخل القلب ، يعتبرها الآباء أنها الخد الآخر الذى نحوله ..

فقد قال القديس الأنبا أنطونيوس : [حينما يذمك أحد من الخارج ، عليك أن تلوم نفسك من الداخل ، لكى تقيم توازناً بين داخلك وخارجك] .

وبهذا يحدث أمران : إنك لا تتعب من الداخل ، ولا ترد الاهانة لغيرك من الخارج .

إن الذى يحب المديح والكرامة ، لا يستطيع أن يحتمل الإهانة. وقد يرد عليها بوسائل متعددة :

أ ـ أبسط السبل وأبعدها عن الخطأ ، أن يردها بالدفاع عن نفسه واثبات نقاوته مما نسب إليه. وموضوع الدفاع عن النفس ، وتقييمه بين الخطأ والصواب ، يتوقف على الدوافع التى تدفع إليه ، هل هى نقية أم لا ..

ب ـ **وقد يرد الإنسان الإهانة باهانة مثلها ، أو باهانة أشد منها .**

وهنا يكون قد انتقم لنفسه بمحبته للمديح والكرامة . ويكون قد كسر وصية الرب القائلة : « لا تقاوموا الشر .. » (مت ٥ : ٣٩) ويكون قد كسر أيضاً الوصية القائلة : «لا تنتقموا لأنفسكم أيها الأحباء ..» (رو ١٢ : ١٩) ويكون قد ابتعد عن المحبة التى من أوصافها أنها «تحتمل كل شىء» وأنها «لا تطلب ما لنفسها» (١ كو ١٣ : ٧ ، ٥) .

جـ ـ **وقد يرد الاهانة ، عن طريق الشكوى ، والتشهير بغيره واشعار الناس أنه مظلوم ، لكى ينتقموا له أيضاً من ظالمه !!**

وهكذا أيضاً يكون قد انتقم ، ووقع فى كل الخطايا السابقة ، وبقى أن الذى يعتقد باستمرار أنه مظلوم ، لا يستطيع مطلقاً أن يصلح نفسه ، لأنه على الدوام يبرر نفسه ..

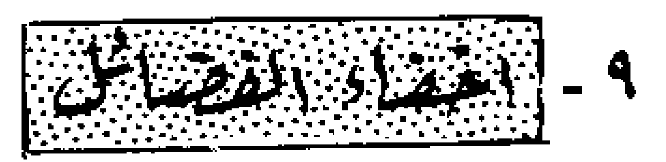
د - **وهو قد يرد على الاهانة داخل قلبه ، إذ يعتبر هذا الإنسان عدواً له ويعامله كعدو، وربما يخاصمه أو يقاطعه ..**

ويكون هذا منه موقفاً إيجابياً تجاه ما اعتبره أنه اهانة . كل ذلك لأجل محبة الكرامة !

أما الذى لا تهمه الكرامة العالمية ، فلا يهتم بكل هذا ، ولا يأخذ موقفاً ضده فالمتواضع **لا يعتبر كل مذمة تصل إليه كأنها اهانة . فقد تكون كشفاً لذاته وقد يشكر غيره على ذلك ، لأنه أظهر له نقصاً فيه يحتاج إلى علاج ..**

وهكذا لا يعادى مَن ينتقده أو مَن يعارضه ، أو مَن يذم بعض تصرفاته بل انه بكل محبة وبكل اتضاع يراجع نفسه ، ربما يوجد فيه هذا العيب . ويكون من وجهه إليه ، قد ساعده على خلاص نفسه ، وعلى اصلاح عيوبه .

صدق القديس يوحنا ذهبى الفم حينما قال : [مَن يتكلم عنك بالذم ، اتخذه لك صديقاً] ..

٩ - 

الذى لا يحب المديح ، تراه يخفى فضائله عن الناس ، حتى لا ينال مديحاً منهم بسببها . فهو بكل الوسائل ، وبصدق نية ، يعمل الخير فى الخفاء حسب وصية الرب (مت ٦) وحسبما كان يفعل القديس الأنبا صرابامون أبو طرحة ..

حقاً ، إن كنت تعمل الخير من أجل الله ، لا من أجل الناس ، فماذا يهمك إن كان الناس يرون هذا الخير أو لا يرون ؟!

تحضرنى هنا قصة حدثت مع القديس الأنبا بموا . جاءت إليه فى أحد الأيام القديسة ميلانيا - قبل رهبنتها - وكانت من الأثرياء وأعطته صرة فيها كمية كبيرة من الذهب ، وطلبت إليه أن ينفقها على الرهبان الذين فى البرية الجوانية . فنادى القديس بموا على تلميذه ، وسلمه الصرة دون أن يفتحها وطلب إليه أن يوزعها على الرهبان

المحتاجين فى البرية الجوانية. وهنا قالت له ميلانيا: [ولكنك لم تفتحها يا أبى، لتعرف مقدار ما فيها كم هو؟] فنظر إليها القديس فى عمق وقال لها:

[إن كنتِ يا ابنتى قد قدمتِ هذا المال لله، فهو ولا شك يعرف مقداره كم هو] ..!

وأخذت ميلانيا درساً روحياً، ينقذها من المجد الباطل الذى يريد أن يظهر كثرة ما قدمته من مال، أمام القديس، وأمام نفسها..

وهنا نذكر قول السيد الرب:

« وأما أنت فمتى صنعت صدقة، فلا تعرف شمالك ما تفعله يمينك » (مت ٦ : ٣)..

فما معنى هذه الوصية الإلهية؟ وما عمقها؟ معناها أنه لا يكفى فقط أن الناس لا يعرفون ما تفعله أنت من الخير إنما أكثر من هذا..

لا تجعل فضائلك تعرفها نفسك أيضاً، اخفها عن نفسك. لا تذكرها ولا تتذكرها ولا تتأملها.

بعض الناس يقدمون للفقراء، بدون عد حتى لا يعرفوا ما أعطوه. وهكذا ينفذون الوصية حرفياً، والبعض يعطى ولا يحاول أن يتذكر تفاصيل ما أعطاه، ولا يجلس فى آخر كل فترة ليجمع حصيلة كل ما قدمه خلال تلك الفترة.

إن الله لا يحاسبك فيما أعطاه لك فلا تحاسبه أنت فى ما أعطيته له:

إنس كل ما فعلته من خير. لا تعد تتذكره. لا تتحدث عنه أمام الناس، ولا تفكر فيه فيما بينك وبين نفسك. ولا يكن هدفك فى العطاء، أو فى عمل الخير عموماً، أن يراك الناس، أو أن يمدحوا عملك.

وليس معنى هذا أنك لا تعمل الخير، خوفاً من أن يراك الناس:

إنك فى هذه الحالة تعتبر مقصراً فى حياتك الروحية، إنما افعل الخير حباً فى الخير، وحباً للناس الذين تعمل معهم الخير، وحباً لله الذى أعطاك الخير الذى تفعله. ولا تبال بعد ذلك أن يراك الناس أو لم يروك..

أحياناً نظر الناس ، يعطى حماساً لعمل الخير ولكنه ليس حماساً روحياً إنما هو حماس لكسب المديح !

وفى هذا الأمر نذكر أن راهباً سورياً سكن فى برية شيهيت . وفى أحد الأيام أتى إلى القديس مقاريوس الكبير، وقال له : [لماذا يا أبى حينما كنت فى بلدى ، كنت أطوى الأيام صوماً ، وهنا فى البرية أشعر بالجوع الشديد قبل أن أصل إلى الغروب ؟!] فأجابه القديس مقاريوس : [حينما كنت فى بلدك ، كان الناس يرونك ، فكنت فى صومك تتغذى على المجد الباطل . أما هنا فى البرية ، فإذ لا يراك أحد تشعر بالجوع !] .

وفى إخفاء الفضائل ، قد يحارب المؤمن بأن يكون قدوة ..

ولكن الإنسان المتضع ، لا يضع نفسه قدوة لانه لا يرى فى نفسه شيئاً يقتدى به الآخرون .

إنه يقول لله فى صلاته : [أنت تعرف يارب حياتى ، كم هى خاطئة . فهل لانك سترتنى ولم تشأ أن تكشفنى أمام الناس ، استغل أنا هذا الستر، وأتمادى لأجعل نفسى قدوة ! مَنْ أنا حتى أكون قدوة!؟!] .

لذلك لا يجوز لنا أن نجعل هدفنا أن نكون قدوة ، حتى لو صرنا قدوة بدون إرادتنا بترتيب من الله ..

إن الذى يهدف أن يصير قدوة ، ما أسهل أن يقع فى الكبرياء وفى الرياء ، و يظهر للناس بغير حقيقته ! يخفى أخطاءه ، و يظهر فضائل له !

أما المتواضع الهارب من القدوة ، فإنه قد يظهر للناس نقائصه وضعفاته .

أتى بعض رهبان من الاسقيط إلى الأم سارة ، وحكوا لها نقائصهم . فقالت لهم : [بالحقيقة أنكم اسقيطيون لان ما عندكم من الفضائل تخفونه . وما ليس فيكم من الرذائل تنسبونه إلى أنفسكم] .

وكان القديس الأنبا بيشوى ، إذا عرف عنه تدبير روحى معين ، يتركه و ينشغل بتدبير آخر لا يعرفه أحد ، ولكن ليس معنى هذا ، أن تترك كل تدبير حسن تسير فيه ..

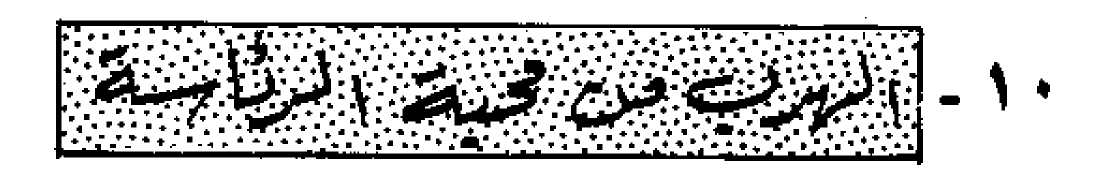
فقد يضرك هذا . إنما اثبت فى كل تدبير صالح من أجل نموك الروحى ، وليس لكى ينظرك الناس . وليكن اخفاؤك لفضائلك بحكمة ..

ومع ذلك نقول إن بعض الأشخاص ـ بحكم وضعهم ـ من المفروض أن يكونوا قدوة ، لئلا يعثروا غيرهم . مثل رجال الاكليروس والقادة والمسئولين على أن يكون ذلك بطبيعة حياتهم ، وليس اصطناعاً أو رياء ..

وحتى هؤلاء أيضاً ، يمكن أن تكون لهم فضائل كثيرة مخفاة . والمهم أن لا تكون لهم خطايا معثرة . أما حياتهم الطيبة المعروفة ، فلا تكون موضع تفكيرهم . إنما من فرط اهتمامهم بنموهم الروحى يقولون مع الرسول : «أنسى ما هو وراء وامتد إلى ما هو قدام» (فى ٣ : ١٣) .

من الأمور الهامة أيضاً فى الهرب من محبة المديح والكرامة :

١٠ - الهرب من محبة الرئاسة



ليست الرئاسة فى حد ذاتها خطية فقد وضع الله رئاسات حتى بين الملائكة وقد يكون إنسان رئيساً وفى منصب كبير ، ومع ذلك يكون وديعاً ومتواضع القلب .

العيب إذن ليس فى الرئاسة إنما فى محبة الرئاسة ..

إن الذى يشتهى الرئاسة ، إنما يشتهى لنفسه أمجاداً على مستوى محبة العالم ، وليس على مستوى روحى ، ومثل هذا ، إذا حصل على رئاسة قد تتلفه وترفع قلبه .. وقد يظن أنه قد صار شيئاً ، ويجب أن يعامله الناس هكذا ..

والذى يشتهى الرئاسة ، مصيره أن يقع فى أحلام اليقظة ..

كأن يخلو إلى نفسه ، و يتصور أنه قد صار كذا وكذا ، وانه قوبل بدرجات معينة من المديح والتقدير والاحترام .. و يتصور أنه يقوم بأعمال عظيمة لم يعملها أحد غيره ، لو أعطيت له تلك المناصب ! وكلها تخيلات من المجد الباطل ، تشعره بأنه يستطيع أن يعمل ما لم يعمله غيره .

وقد يسمح الله أن تُسند إلى مثل هذا الشخص مسئوليات فيفشل فيها . لان الإنسان يمكنه أن يعمل فى الخيال ما يعجز عنه فى الواقع .

ومثال ذلك قصة شيخ ذهب لافتقاد راهب محارب بالمجد الباطل . وكان هذا الراهب يتصور أنه واقف يعلم الموعوظين . وكان يلقى عظته عليهم بصوت سمعه الشيخ فى الخارج . وبعد العظة باركهم وصرفهم بسلام.. هنا وقرع الشيخ الباب ، ففتح له الشاب ، وفكر فى نفسه ما عسى أن يقول عنه الشيخ إذا كان قد سمعه فلكى يتأكد قال : [إنى أسف يا أبانا ، لئلا تكون قد جئت من زمن وتعطلت على الباب] .

فابتسم الشيخ وقال : [لقد جئت يا ابنى وأنت تصرف الموعوظين !

فاحرص أن تبتعد عن أحلام اليقظة هذه وتتصور ما ليس لك .

سئل القديس يوحنا الأسيوطى : [هل يليق بالإنسان أن يطلب رتبة وسلطاناً لتقويم المعوجين وأبطال الشرور؟ فأجاب :

[كلا .. لانه إن كان وهو بعيد عن الدرجة ، يشتهى أن يكون عظيماً .. فماذا يعمل عندما يصل إلى الرئاسة والعظمة نفسها؟ لان الذى لم يعرف الاتضاع وهو فى حقارته ، فماذا يفعل عندما يكون فى عظمته ؟!] .

وأضاف القديس عن مثل هذا الشخص : [إن كان منتفخاً وهو بعيد عن المناصب ، فماذا يعمل عندما يأخذ المناصب ؟!] .

إن الرئاسة قد لا تضر الناضجين روحياً الذين يحتملونها باتضاع ، ولكنها تضر غير الناضجين . قال القديس أوروسيوس أحد خلفاء القديس باخوميوس الكبير .

[إن الرئاسة مضرة للأشخاص الذين لم ينضجوا] . وضرب لذلك مثلاً فقال : [إذا أحضرت طوبة من طين لم تحترق بعد بالنار والقيتها فى الماء فانها تذوب . أما إذا حرقت بالنار، فلو القيت فى الماء تبقى وتشتد .. كذلك الشخص الذى يصل إلى الرئاسة قبل أن ينضج قبلما يحمص بالنار، أى باختبارات الحياة، قبلما يزول منه المجد الباطل، فانه معرض للهلاك] .

كذلك مساكين هم الناس الذى يخضعون لرئاسة شخص محب للمجد الباطل . انه يضيع نفسه، ويضيع معه الناس، من أجل المجد الذى يطلبه

ولذلك من الخطر جداً ، أن يوضع فى رتبة الرعاية أشخاص يحبون الكرامة العالمية .

فإن كنت لست متضع القلب ، لا تطلب لنفسك درجة الكهنوت ، بل اشته لنفسك أن تكون خروفاً فى رعية المسيح عن أن تكون راعياً يطلب دم رعيته من يدك .

اشته أن تكون حملاً من القطيع ، يرعاك غيرك ، لا أن تكون مسئولاً عن رعية .

لانك إن كنت لا تقدر أن تربح نفسك فكيف تقدر أن تربح للرب نفوساً كثيرة ..؟! إن كنت فى الوقت الذى لم يكن عليك فيه أثقال ، لم تستطع أن تحيى ذاتك ، فكيف تقدر أن تخلص شعباً كبيراً من شر العالم ؟! الإنسان المتضع الذى يريد خلاص نفسه ، و يشعر فى داخله بعجزه عن الرعاية ، يهرب منها .

أما إذا أمسكك الله وصيرك راعياً فاطلب منه قوة تعينك .

إن كانت حاجة الكنيسة قد وضعتك فى منصب ، فلا تثق بقوتك ومواهبك بل اسكب نفسك أمام الله ، لكى يعمل هو بك ، ولكى يعمل فيك ومعك . وتكون أنت مجرد آلة يسيرها هو حسب غنى وفرة حكمته .

إن صرت راعياً ، أو صاحب منصب ، فكن متضع القلب ..

لا تعتبر نفسك أنك قد صرت من أعمدة الكنيسة ، ولا تسلك بعظمة ، إنما اعتبر نفسك مجرد خادم ، واسلك كخادم ، كما غسل المسيح أرجل تلاميذه . وقال عن نفسه : « إن ابن الإنسان لم يأت ليُخدم ، بل ليخدم و يبذل نفسه فدية عن كثيرين » (مر ١٠ : ٤٥) .

سألنى كاهن جديد ، أن أقول له نصيحة بمناسبة خدمته ، فقلت له :

[كن ابناً وسط اخوتك ، وأخاً وسط أولادك] ..

وهكذا لا يرفع نفسه و يستمر فى اتضاعه . أما إن كان يريد أن يتمتع بكرامة فى منصبه ، فلا شك أنه سيضيع نفسه . لان المناصب ليست رفعة ، وإنما خدمة . والذى يسلك فيها كخادم فهذا سيرفعه الله ، دون أن يرفع هو نفسه ..

قال القديس برصنوفيوس :

[لا تحسب نفسك فى شىء من الأمور ولا يحسبك أحد شيئاً ، وأنت تتنيح (أى تستريح)]..

ذلك لأن الناس يحبون المتضعين ، و ينفرون من كل محب للمديح أو للكرامة كذلك فإن المحب للرياسة قد يصطدم بغيره ممَنْ يشتهون نفس الشهوة و ينافسونه فيها . أما الذى يحب المتكأ الأخير، فإنه لا ينافس أحداً .

وإن صرت رئيساً ، فلا تتسلط على أحد ، بل عامل الكل بالرفق ..

اعرف جيداً أنك مجرد رئيس على عملهم ولست رئيساً على أشخاصهم .

أما أشخاصهم ، فلها عندك كل احترام وكل حب . واعرف أنك ومرؤوسيك سواء أمام الله ، وربما تكون لبعضهم منزلة عند الله أعظم. أشعر فى داخلك أنك زميل لهم وإن كنت أقدم ، تتفاهم معهم بروح الود و بالبساطة .

فالسلطة تُعطى للبعض من أجل إدارة العمل ، وليس من أجل كرامتهم الشخصية ..

والذى يعتبرها تكبيراً لنفسه ، يكون قد انحرف عن هدفها وعن تواضعها وهذا الكلام يُقال أيضاً عن الأب والزوج فى الأسرة ، كما يُقال عن المعلم مع تلاميذه ، وعن المرشد مع مَنْ يرشدهم ، وعن كل مَنْ يتولى مهام القيادة والابوة والرعاية ..

كان القديس باخوميوس يرفض أن يحمل له أولاده حاجياته وهو سائر فى الطريق ..

بل كان يحب أن يشابههم فى كل خدمة وهكذا قال بولس الرسول أيضاً : « حاجاتى وحاجات الذين معى ، خدمتها هاتان اليدان » (أع ٢٠ : ٣٤) .

بهذا كان الآباء قدوة لابنائهم فى الخدمة وفى الاتضاع . وبهذه القدوة كسبوا محبتهم ، وكسبوا خضوعهم أيضاً ..

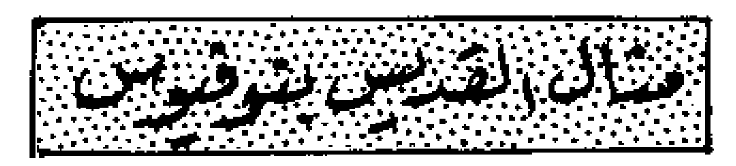
وما كانوا ينظرون إلى أنفسهم اطلاقاً كرؤساء ، إنما كآباء . ليسوا أصحاب سلطة ، إنما كأصحاب قلوب كبيرة مملوءة بالحنان والشفقة .

القديس الأنبا شيشوى ، حينما سلموه أخاً جديداً ليعلمه ، ما كان يصدر له أمراً

فى أى شىء . فلما عاتبه الآباء على ذلك ، قال لهم :

[أنا لست رئيساً عليه لآمره .. فإن أراد أن يتعلم . فلينظر إلىّ كيف أعمل ، وليعمل مثلى] .

لذلك فان تواضع القلب هو شرط أساسى لكل مَن يتولى عملاً قيادياً ، حتى لا يهلك نفسه وأنفس الذين يقودهم أيضاً ، وحتى لا يكون قدوة سيئة فى عمله القيادى . وإنما عليه أن يقود الناس بالحب والتعليم والمثال السليم ، وليس بالسلطة وبالأمر والنهى .. أما عن المواضعين الذين يهربون من الرئاسة ، فاننا نضع أمامهم مثال القديس بينوفيوس .



عرفنا قصة هذا القديس من يوحنا كاسيان مؤسس الرهبنة فى فرنسا .

كان القديس بينوفيوس رئيساً على دير يضم أكثر من مائتى راهب فى منطقة البرلس ..

وكان متضعاً جداً ومهاباً ، وله مكانة عند الكثيرين ممَنْ يحبون قداسته وحياته الفاضلة ومواهبه الروحية ، وكذلك بسبب شيخوخته وكهنوته .

وفى أحد الأيام جلس هذا القديس إلى نفسه ، وقال لها : [وما نهاية هذا التوقير الذى القاه كل يوم ؟ ألعلنى سوف استوفى خيراتى على الأرض وأين الطريق الضيق والكرب عملاً بقول الكتاب : « لأنه بضيقات كثيرة ينبغى أن ندخل ملكوت الله » (أع ١٤ : ٢٢)] .

لذلك هرب القديس بينوفيوس ذات يوم من الدير ، متنكراً فى زى علمانى وسار جنوباً حتى وصل أحد أديرة القديس باخوميوس الكبير فى إسنا .

وطرق الباب طالباً أن يقبلوه فى الدير .. فنظروا إليه فى تعجب : مَنْ هذا الشيخ الذى أتى ليترهب ؟! هل بعدما تمتع بالعالم وشبع منه، يأتى أخيراً ليصير قديساً ؟! وطردوه قائلين له : [إنك لا تصلح] . فألح عليهم فقالوا له [انك لا تستطيع أن تحتمل تعب الرهبنة] . فظل يلح ووقف على الباب مدة دون أكل أو شرب ..

فلما رأوا احتماله وصبره ، ادخلوه الدير على شرط أن يبقى فى زى العلمانيين ولا يرسم راهباً!

واسندوا إليه مساعدة راهب شاب مسئول عن حديقة الدير . فلم يمانع وكان الشاب يأمره كخادم فيطيع .. إنها امنيته التى اشتهاها!

وكان الشاب شديداً فى معاملته ، وكان هو دقيقاً فى طاعته . وكان فى نصف الليل والرهبان نيام يقوم بالأعمال التى يشمئز منها غيره لقذارتها ، مثل تنظيف دورات المياه . وما كان الرهبان يعرفون مَنْ الذى قام بهذا العمل ..

وظل على هذا الطقس ثلاث سنوات .

وكان يقول للرب : [أشكرك يا سيدى من أجل عطاياك إذ منحتنى ما اشتهى فهنا لا احترام. ولا توقير، بل أوامر وطاعة] .. ثم بعد ذلك أتى لزيارة الدير راهب من أديرة البرلس ، ورأى القديس بينوفيوس ، وهو يحمل السباخ ويضعه حول الشجر. فشك فى الأمر ولم يصدق أنه هو. وأخيراً سمعه يتلو مزاميره بصوته المعهود ، فعرفه وسجد له .

فانكشف موضوعه ، وأخذوه بمجد عظيم وأرجعوه إلى ديره . فهرب مرة أخرى إلى بيت لحم ..

وعمل هناك خادماً فى قلاية يوحنا كاسيان . وتصادف أن ذهب راهب آخر لزيارة القديس . وعندما قابله عرفه فأعادوه مرة ثانية باحترام كبير إلى ديره .

وزاره يوحنا كاسيان عند مجيئه إلى مصر ، وكتب عنه فى مؤلفاته . إنه مثال حى للهرب من الرياسات .

إننا نضع هذه الأمثلة الرهبانية أمامنا كمجرد امثولة للهرب من محبة الكرامة . وقد لا يستطيع البعض محاكاتها كما هى هنا فى العالم .

ولكنها مجرد درس يعلمنا على الأقل أن نبعد عن شهوة الكرامة ونهرب منها .

وإن وضعنا الرب فى منصب رئاسى نسلك فيه باتضاع قلب . فنكون فى عمل الرئاسة ، ولا تكون محبة الرئاسة فى قلوبنا .

الفصل الرابع عشر



العنف خطية مركبة

أنواع العنف

أسباب العنف

العنف دليل الضعف

العنف الخاطيء والعنف السليم

العنف خطية مركبة

إن المسيحية لا توافق على العنف فى كل صوره ، لأنه سلوك غير روحي وتتركز فيه مجموعة من الأخطاء .

١ ـ إنه خطيئة مركبة وخطيئة منفرة .

لذلك فهو مكروه من الكل . والذى يتصف بالعنف ، لا يستطيع أن يربح أحداً من الناس . وسنحاول أن نحلل العنف ، لنرى ما بداخله من الخطايا .

٢ ـ العنف دليل على قسوة القلب .

والقلب الرقيق لا يمكن أن يكون عنفياً ، بل تكون تصرفاته رقيقة ، وألفاظه أيضاً رقيقة ومنتقاة ، لا يسمح لنفسه أن يخدش شعور أحد .

٣ ـ والعنف ضد فضيلة الوادعة .

الذى يلجأ إلى العنف ، يفقد وداعته فى الحال . وقد دعت المسيحية إلى الوداعة ، كما دعت إلى الرقة والهدوء .

وفى العظة على الجبل ، نرى أن السيد المسيح ، قد وضع الوداعة فى مقدمة التطو يبات ، وقال فى ذلك :

«طوبى للودعاء ، فانهم يرثون الأرض » (مت ٥ : ٥) .

وعندما دعانا أن نتشبه به ، وهو الكامل فى جميع الصفات والفضائل ، قال : « تعلموا منى ، لأنى وديع ومتواضع القلب » (مت ١١ : ٢٩) ..

وفى وداعة السيد المسيح وبعده عن العنف ، قيل عنه فى الإنجيل المقدس إنه : « لا يخاصم ولا يصيح ولا يسمع أحد فى الشوارع صوته قصبة مرضورة لا يقصف ، وفتيلة مدخنة لا يطفىء » (مت ١٢ : ٢٠) .

٤ ـ والعنف لا يتفق مع المحبة :

والمسيحية ذكرت أن المحبة والوداعة واللطف ، هى من ثمار الروح (غل

٥ : ٢٢). وقالت إن: «الله محبة مَن يثبت فى المحبة، يثبت فى الله، والله فيه» (١ يو ٤ : ١٦).

والإنسان الروحى يعالج مشاكله بالحب وليس بالعنف. لانه بالحب يكسب الله والناس. أما فى سلوكه بالعنف، فانه يخسر الكل.

٥ ـ العنف أيضاً خطيئة عدوانية :

والمسيحية ضد العدوان. انها تقول: «لا يغلبنك الشر، بل اغلب الشر بالخير» (رو ١٢ : ٢١) «باركوا على الذين يضطهدونكم. باركوا ولا تلعنوا.. لا تجازوا أحداً عن شر بشر.. إن كان ممكناً فحسب طاقتكم سالموا جميع الناس. لا تنتقموا لأنفسكم إن جاع عدوك فاطعمه، وإن عطش فاسقه» (رو ١٢ : ١٤-٢٠).

إن المسيحية التى تمنع عن الغضب الإنسانى، لا يمكن أن تسمح بالعنف أو العدوان..

هوذا الرسول يقول: «ليكن كل إنسان مسرعاً إلى الاستماع، مبطئاً فى التكلم مبطئاً فى الغضب. لإن غضب الإنسان لا يصنع بر الله» (يع ١ : ١٩، ٢٠) و يقول الكتاب أيضاً: «لينزع من بينكم كل مرارة وسخط وغضب» (أف ٤ : ٣١) «لا تستصحب غضوباً، ومع رجل ساخط لا تجيء» (أم ٢٢ : ٢٤).

المسيحية تمنع الغضب الإنسانى، لإنه الخطوة الأولى إلى العدوان والعنف والقتل..

فيقول السيد المسيح فى العظة على الجبل: «إن كل مَن يغضب على أخيه باطلاً، يكون مستوجب الحكم» (متى ٥ : ٢٢). والمقصود هنا بالغضب الباطل، تميزه عن الغضب المقدس، الذى من أجل الله، وأسلوبه أسلوب روحى، بعيد عن الجسد والتهاب أعصابه..

٦ ـ العنف يدل على البغضة :

حيث يتطور الغضب إلى بغضة وتتطور البغضة إلى العدوان والعنف والرغبة فى الإيذاء. وفى هذا يقول الإنجيل المقدس: «كل مَن يبغض أخاه فهو قاتل نفس» (١ يو ٣ : ١٥).

إن لم يكن قاتله بالفعل ، فهو قاتله بالنية أو الفكر . وكلها فروع لخطيئة واحدة ..

٧ ـ العنف يحمل رغبة فى الانتقام أو على الأقل يدل على عدم الاحتمال :

هو حالة إنسان لم يستطع أن يحتمل لذلك يريد أن ينتقم لنفسه ، و يأخذ حقه أو ما يظن أنه حقه ، بذراعه البشرى .. دون أن يترك هذا الأمر لله ، الذى قال : « لى النقمة ، أنا أجازى ، يقول الرب » (رو ١٢ : ١٩) وأيضاً دون أن يترك هذا الأمر للقانون وللمجتمع ..

والمسيحية لا تدعو فقط إلى الاحتمال لأن الاحتمال فضيلة سلبية . إنما تدعو إلى فضيلة إيجابية هى المحبة ..

والحب والعنف لا يسيران معاً فى طريق واحد . لأن الكتاب يقول : « المحبة تتأنى وتترفق .. المحبة تحتمل كل شىء المحبة لا تطلب ما لنفسها » (١ كو ١٣) .

فى حالة العنف ، يكون الحب قد توارى . وظهر مكانه شىء آخر ، فما هو؟

٨ ـ الذات تظهر وقت العنف :

فالإنسان يستخدم العنف إثباتاً لذاته أو دفاعاً عن ذاته . أو دفاعاً عن ذاته . وفى نفس الوقت يريد أن يكون غيره مقهوراً له ..

والمسيحية تحارب الذات بكل قوة و بكل وضوح . فيقول السيد المسيح : « مَن أراد أن يتبعنى فلينكر ذاته » (مت ١٦ : ٢٤) .

وفى الحقيقة أن العنف لا يثبت ذاته إنما يثبت ضعف ذاته ..! وكيف ؟

٩ ـ فى العنف لا يضبط الإنسان نفسه :

الهادىء هو إنسان يضبط نفسه أما العنيف فإنه يفقد ضبط النفس فلا يستطيع أن يتحكم فى أعصابه ولا فى غضبه وقد يتصرف تصرفات هوجاء ، تدل على أنه لا يتحكم أيضاً فى عقله وفى تفكيره بينما الكتاب يقول : إن مَن يحكم نفسه هو خير ممَن يحكم مدينة (أم ١٦ : ٣٢) .

١٠ ـ العنف دليل على الضعف :

العنف دليل الضعف

إذا لم يستطع قلب الإنسان أن يتسع بالحب ، وإذا لم يتمكن عقله من حل الأمور بحكمة وهدوء ، وإذا لم يقدر أن يضبط أعصابه فى اتزان ، حينئذ يلجأ إلى العنف .

ويكون العنف دليلاً على قلة الحيلة والعجز عن التصرف السليم ..

حقاً إن غالبية العنفاء ضعفاء فى حقيقة شخصياتهم . ليست لديهم قوة أعصاب ، ولا قوة احتمال ، ولا قوة تفكير. وسأضرب لذلك أكثر من مثل .

المدرس الذى يلجأ إلى العنف مع تلاميذه هو مدرس ضعيف ..

أقصد المدرس الذى لا يستطيع أن يضبط النظام بين تلاميذه ، فيثور عليهم ويضرب هذا ، ويطرد ذاك ، ويشتم ويعاقب . هو بلا شك إنسان ضعيف لانه لو كان قوياً ، ما كان يلجأ إلى شىء من هذا . بل يمكنه أن يضبط الفصل بقوة شخصيته ، أو بذكائه وجاذبية شرحه ، أو بمرحه ولطفه ، أو بمحبة تلاميذه له ..

ولكنه إذ خلا من كل هذه الصفات المحببة ، لجأ إلى العنف بدافع من قلة الحيلة ..

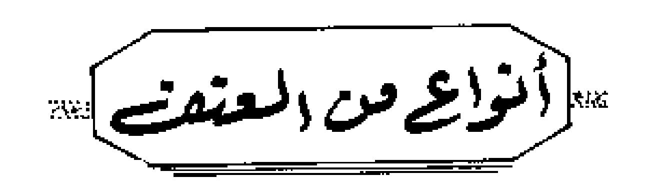
مثال آخر هو الأم التى تضرب أطفالها :

أم يصيح ابنها ، أو يلهو ويجرى ويعبث ، ولا تستطيع أن تضبطه ، ولا تستطيع أن تتركه يلعب ، فتلجأ إلى العنف : تضرب أو تشتم أو تهدد أو تخيفه بطريقة ما !! كل هذا لأنها لا تملك الخبرة ولا المعرفة بالطرق التربوية وكيفية معاملة الأطفال . ولو عرفت لكسبت طفلها دون اللجوء إلى العنف .

لان العنف هنا يكون وسيلة لتغطية العجز أو مجرد رد فعل لقلة الحيلة .

أو هو تغطية لضعف داخلى ، ربما يكون هو عدم الاحتمال . إن الشخص الذكى يستطيع أن يخرج من اشكالاته بسهولة ، فى حكمة وحسن تصرف .. أما الضعيف فيستخدم العنف .

وهكذا يقول الرسول : « يجب علينا نحن الأقوياء أن نحتمل ضعفات الضعفاء ولا نرضى أنفسنا » (رو ١٥ : ١) .



١ ـ نوع من العنف هو الإيذاء بكل درجاته :

ومنه الضرب : والقتل بأنواعه . وكذلك كل ألوان التعذيب الجسدى أو النفسى كالتخويف مثلاً وإثارة الذعر. وهذا كله داخل فى العنف العصبى .

٢ ـ عنف آخر هو الارهاب :

ويشمل جرائم الخطف للأفراد وللطائرات والسفن ، ومن أعماله تفجير السيارات الملغومة والرسائل الملغمة، وكافة أعمال النسف والتدمير والتخريب ، والذعر. وكلها جرائم على مستوى بشع .

٣ ـ ومن العنف أيضاً الحرب :

والحروب قد شهدها العالم منذ أقدم العصور ، وهى من ظواهر العنف وبخاصة إن كانت عدوانية وليست دفاعية .

على أن هناك حروباً تتصف بلون أعمق من العنف . وهى الحروب النووية ، أو التى تستخدم الغازات السامة ، أو الأسلحة الفتاكة والمحرقة أو الحروب التى تضرب المستشفيات أو مساكن المدنيين. وكذلك الحروب التى تدمر مدناً بأكملها ، وتقضى على حضارات ، وتخلف مجموعات من المشوهين والمعوقين.

٤ ـ وهناك عنف آخر على مستوى فردى مثل تحطيم المعنويات :

ومن أمثلته الزجر الشديد ، والتوبيخ القاسى ، والتركيز بالاستمرار على الأخطاء ، وتحطيم الشخصية . وقد يدخل فى هذا المجال نوع من العنف هو :

٥ ـ عنف الاهانة :

ويشمل التهكم اللاذع ، والازدراء والتشهير ، والتجريح ، والقذف ، والتجاهل ، والمقاطعة ، والشتيمة والسب... وما إلى ذلك من ألوان القتل الأدبى أو المعنوى . وقد تصحب ذلك عبارات من التهديد .

وهناك مظهر آخر للعنف هو :

٦ ـ عنف العتاب :

ويشمل العتاب الشديد القاسي الذى يجرح ، وربما لسبب تافه لا يستحق . وقد يستمر هذا العتاب طويلاً ، أو يكون أمام الآخرين ، أو يكون مصحوباً بأسلوب عصبى وبالفاظ لا تليق . وقد يصبح طبعاً . فيعاتب الإنسان على كل صغيرة وكبيرة حتى يفقد أصدقاءه .

وقد قال الشاعر فى هذا النوع :

إذا كنت فى كل الأمور معاتباً صديقك لم تلق الذى لا تعاتبه
فعش واحداً أو صل أخاك فانه مقارف ذنب مرة ومجانبه
إذا أنت لم تشرب مرارة على القذى ظمأت وأى الناس تصفو مشاربه

وهناك نوع آخر من العنف ، يختلف عن كل ما سبق ، ويمكن أن نسميه العنف السلبى .

٧ ـ العنف السلبى :

مثال ذلك شخص لا يقدر على العنف الإيجابى ، فيلجأ إلى العنف السلبى ، مثال : الكآبة المستمرة ، البكاء الدائم ، الاضراب عن الطعام ، الصمت الحزين ، الإنسحاب ...

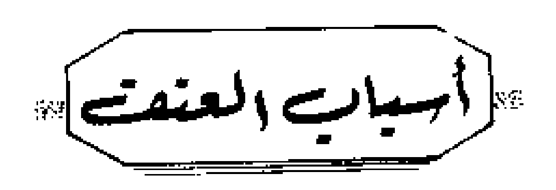
وكلها أنواع من العنف الهادىء الصامت ، تمثل ضغطاً مستمراً على الطرف الآخر .

وقد يوجد عنف آخر ، ليس موجهاً ضد الآخر ، إنما هو يعمل داخل الإنسان ذاته ، ذلك هو عنف الشهوات .

٨ ـ عنف الشهوات :

فقد توجد شهوات تحارب الإنسان بعنف حتى تدمره تدميراً ، مثل شهوة الجشع التى لا تستريح مهما أخذت ومهما جمعت . ومثل شهوة المخدرات ، شهوة الكبرياء . والمعروف أن الشهوات لا تستريح حتى تكمل .. وهكذا تستمر .

وقد تصحب الشهوات أفكار مدمرة : تلصق بالعقل ولا تفارقه ، حتى تحطم صاحبها ، لدرجة أن البعض يعالجونها بالمنومات ليستريح من الأفكار ..



أسباب العنف

١ - من أسباب العنف القسوة فى الطباع .

فهناك أشخاص طباعهم قاسية ، يتعاملون باستمرار بهذه القسوة . وإذا زادت حدتها عندهم تتحول إلى عنف .

وقد ترجع هذه القسوة إلى ظروف اجتماعية احاطت بالفرد ، وربما يكون قد حصل عليها عن طريق الوراثة .

٢ - وقد يكون السبب تعب فى الأعصاب ، ربما سببه الارهاق مثلاً .

وفى حالة الارهاق وتعب الأعصاب ، لا يقدر الإنسان على الاحتمال ، فيرد بعنف . وإذا زاد الضغط عليه ، يتصرف بعنف .

٣ - وقد يكون السبب فى العنف هو قلة الحيلة ، أو اخفاء الضعف بالعنف كما ذكرنا .

٤ - وقد يكون سبب العنف هو مرض عصبى أو مرض عقلى :

ولعل من المتمسكين بهذه النظرية أصحاب المدرسة الايطالية : الذين يقولون إن كل مجرم مريض . ولذلك يبحثون عن المرض الذى دفعه إلى الجريمة . ومعروف أن بعض الأمراض العقلية يصحبها عنف وكذلك كثير من الأمراض العصبية .

ولكن ذلك كله لا يمنع أن هناك مجرمين يقومون بالعنف وهم فى صحة عقلية تامة ، وإلاَّ زالت المسئولية فى كل الجرائم !!

٥ - وقد يكون الخوف سبباً ثانياً فى أعمال العنف ... خوفاً من اكتشاف الجريمة مثلاً ...

كسارق ، اقتحم بيتاً للسرقة فقط ، وليس للقتل . ولكنه قد يضطر إلى ذلك إذا رآه أحد ، وخاف من انكشاف أمره .

أو كعصابة تقتل بعض الذين يعرفون أسرارها ، حتى لو كانوا من أعضائها ، خوفاً من أن يذيعوا هذه الأسرار..

أو كشخص يظن أن آخر يتآمر عليه ، فيعامله بعنف خوفاً من تآمره .

٦ ـ وقد يكون سبب العنف هو الغرور والاعتزاز بالقوة . أو سوء استخدام القوى والإمكانيات :

كَمَن يضرب الآخرين ، ليشعرهم أنه أقوى منهم ، وأنه يستطيع قهرهم متى أراد . ويحدث هذا أحياناً مع بعض المراهقين ، ومع بعض الطغاة ومع بعض العصابات فى إخضاع أفراد العصابة لطاعة أوامرهم ..

٧ ـ وربما يكون سبب العنف هو الحقد :

فالذى يحقد على آخرين ، قد ينفس عن حقده بالعنف . كشخص يحقد على آخر ظاناً أنه سيأخذ ميراثه ، أو يحل محله فى مركزه ، فيستخدم معه العنف . وقد تدفع الغيرة أو الحسد إلى مثل هذا أيضاً .

أو قد يكون السبب هو رد العنف بعنف ..

٨ ـ وقد يكون سبب العنف هو الفهم الخاطىء :

كما قال السيد المسيح لتلاميذه عما سيلقونه من مؤامرات اليهود وقسوة الرومان : « تأتى ساعة يظن فيها كل مَن يقتلكم أنه يقدم خدمة لله » (يو ١٦ : ٢) .

ومن هذا النوع مَن يقتل ، وفى مفهومه أنه يمحو عاراً للأسرة ، أو ينتقم لدمائها ..

٩ ـ وهناك مَن يلجأ إلى العنف ، ظاناً أنه أسهل الحلول وأسرعها .

بينما أسهل الحلول ليس هو أفضل الحلول . أو قد يرى مثل هذا الشخص أن العنف هو الحل الوحيد . وقد يقول لك : هذه الأمور لا يصلح لها إلاَّ العنف .. أو هؤلاء الأشخاص لا ينفع التعامل معهم إلاَّ بالعنف ...

١٠ ـ وقد يكون العنف لوناً من السياسة أو الحيلة ..

وذلك حسبما يقول المثل السائر : اضرب المربوط ، فيخاف السائب . أو كما يقول الكتاب : « اضرب الراعى فتتشتت الرعية » (زك ١٣ : ٧) . وهنا لا يكون العنف مقصوداً لذاته ، إنما هو مجرد وسيلة لغرض ..

وهذا يقودنا إلى نقطة أخرى وهى :

١١ ـ العنف الظاهرى :

وليس هو عنفاً حقيقياً . مثال الأب الذى يتظاهر بالغضب والرغبة فى استخدام العنف ، وذلك ليقود ابنه إلى الطاعة . أو مثال رئيس العمل الذى يهدد بعقوبة معينة لا ينوى مطلقاً أن يفرضها ، وذلك لتخويف مرؤسيه حتى يسلكوا حسناً .

١٢ ـ العنف المشترك :

كشخص ليس هو عنيفاً فى ذاته ، ولكنه يستخدم عنفاء يوصلونه إلى غرضه ، فيكون العنف هنا غير مباشر بالنسبة إليه ..

العنف الخاطئ ، والعنف السليم

لا نستطيع أن نسمى كل عنف خطية فهناك مواقف تحتاج إلى عنف ، مثل معاقبة الخطاة المستهترين أو المستبيحين أو الذين يهددون المجتمع بجرائم تحطمه أو تحطم تراثه وقيمته .

والله نفسه سجل فى الكتاب المقدس أنواعاً من العقوبات كانت عنيفة . وذلك لكى يرتدع الآخرون ، ولكى تكون درساً للأجيال . لأن التسامح المستمر قد يقود إلى الاستهتار . ولعل الطوفان فى العهد القديم كان من هذا النوع ، وكذلك إنشقاق الأرض لتبتلع قورح وداثان وابيرام .

وفى العهد الجديد ، واضحة جداً فى هذا المجال قصة حنانيا وسفيرا (أع ٥) .

وقد قال الكتاب عن السلطان أنه لا يحمل السيف عبثاً ، إذ هو خادم الله ، منتقم للغضب من الذى يفعل الشر (رو ١٣ : ٤ ، ٥) .

فهناك جرائم إذا لم تؤخذ بعنف ، قد يستهتر مرتكبوها فيكررونها ، و يكونون قدوة سيئة لغيرهم . أما إذا عولجت بحزم وحسم ، فان المجتمع يتنقى و يتطهر .

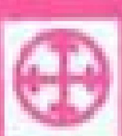
وهنا نذكر قاعدة روحية هامة ..

هناك فرق بين الحق العام والحق الخاص . قد نتساهل فى حقوقنا الخاصة، بدافع من الوداعة والحب والسلام والمغفرة للمسيئين. أما الحق العالم فلا تساهل فيه.

إننا لا نملكه ، بل هو ملك للمجتمع كله . والمجتمع يحتاج إلى صيانة، حتى لا يأكل القوى الضعيف.

فهرســـــت





باسم الآب والابن والروح القدس
الإله الواحد آمين

الجزء الأول من هذه السلسلة كان عن حروب الشياطين. أما هذا الجزء فهو يحدثك عن:



حروبك الداخلية والخارجية:

حرب الذات
الفراغ
الملل
الشك
الخوف
حروب الفكر
المظاهر الخارجية
خطايا اللسان
قساوة القلب
الفتور الروحي
حرب الكآبة
محبة المديح والكرامة
العنف

يتحدث عن أسباب كل هذه الحروب ومظاهرها وعلاجها.

وإلى اللقاء في الكتاب الثالث من هذه السلسلة بمشيئة الرب.

شنوده الثالث

